OTTOBRE 2019

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE AUT. MBPA/LO-NO/019/A.P./2019 - PERIODICO ROC – LO/MI - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,99

ASSAGGIATE CON URGENZA

FONDENTE AL MASCARPONE

MOZZARELLA IN CARROZZA

TORTA DI RIGATONI

BURRO? SÌ, MA AROMATIZZATO

VALPOLICELLA CIN CIN

COSA MANGIAVA CRISTOFORO COLOMBO SULLA CARAVELLA?

CHE ARROSTO!

COME ESEGUIRE ALLA PERFEZIONE UN GRANDE CLASSICO

ECCO L'AMERICA

Ogni volta che arrivo a New York e comincio a scorgere i grattacieli di Manhattan, mi sento leggermente intimidita e allo stesso tempo esaltata. E penso sempre che quel mio sentimento deve essere una frazione infinitesimale di quello che provavano tanti italiani più o meno celebri quando, dopo un estenuante viaggio, approdavano nel nuovo mondo e vedevano l'America. Penso ai semplici emigrati (furono più di 22 milioni) che andavano oltreoceano nelle stive di terza classe a cercare fortuna con poche cose nella valigia e il cuore gonfio di nostalgia. Penso a Cristoforo Colombo che ha attraversato tanta acqua senza neppure sapere se e quando sarebbe arrivato.

I cubi di pipe fritti, una delle nostre nuove versioni dei *mac and cheese*, a pagina 104. Nella foto a destra mi trovo a Brooklyn.

#LCI GOES TOTHE USA

Il 10 ottobre, *La Cucina Italiana* approda in America per raccontare agli americani il nostro mangiare e vivere con il sito *www.lacucinaitaliana.com* e la rivista. È un Paese che ama il nostro cibo, tanto che il loro piatto più classico, perfetto conforto nelle prime giornate d'autunno, si chiama *mac and cheese*, i maccheroni al formaggio che trovate in questo numero, in versione adattata ai nostri palati. Inizia una grande avventura per noi: per celebrarla abbiamo studiato e trovato la possibile ricetta di una zuppa che Colombo consumava a bordo della sua caravella, a base di ceci, riso, uvetta, gallette del marinaio, pesce e zafferano.

Quel suo viaggio ha cambiato per sempre il nostro modo di mangiare, perché il navigatore genovese è andato con certi ingredienti (riso, mandorle, miele, carciofi, asparagi, cavoli, lattuga) ed è tornato con molti altri che ormai caratterizzano la nostra cucina: pomodori, patate, cacao, peperoncino. Era tutto nuovo eppure è diventato tradizione. Per questo mi dico che non dovremmo essere troppo conservatori, impuntarci nel non accettare il nuovo, perché la storia poi medica, cambia, naturalizza le cose. E accogliere è sempre meglio che respingere.

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@lacucinaitaliana.it
instagram.com/maddafox

DI STAGIONE

Frutta, verdura, pesce? Ecco cosa scegliere ora, al massimo del gusto e delle proprietà

Cachi, Finocchi, Castagne, Catalogna, Cipolle, Coste, Carote

Noci, Zucca, Porri, Patate, Prugne, Sedano, Nocciole

Orata, Pannocchia, Polpo, Sogliola

FOTOGRAFATE LA LISTA
e portatela con voi quando fate la spesa: oltre a essere migliori, gli ingredienti di stagione sono anche più economici.

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

La filosofia che ci guida dal 1929
Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA
TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

sommario

51

120

126

70

Il Ricettario

Speciale
#LCIGOESTOTHEUSA

LA CUCINA ITALIANA
DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE
ASSAGGIATE CON URGENZA FONDENTE AL MASCARPONE MOZZARELLA IN CARROZZA TORTA DI RIGATONI
BURRO? SÌ, MA AROMATIZZATO
VALPOLICELLA CIN CIN
COSA MANGIAVA CRISTOFORO COLOMBO SULLA CARAVELLA?
CHE ARROSTO!
COME ESEGUIRE ALLA PERFEZIONE UN GRANDE CLASSICO

Filetto alla Wellington (pag. 63), ricetta di Alessandro Procopio, foto di Riccardo Lettieri

La Scuola

Guide

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana,
piazzale Cadorna 5/7, 20123 Milano,
telefono 0285611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola
o l'abbonamento in edizione digitale
sulla App LA CUCINA ITALIANA
disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate lo 0286808080

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi
de La Cucina Italiana e cercate
la vostra ricetta preferita tra le tantissime
che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Si trova a Milano
in via San Nicolao 7
(angolo piazza Cadorna).
Non perdetevi i nostri corsi
di cucina e di pasticceria,
per principianti ed esperti.
E scoprite i nostri
team building culinari
dedicati alle aziende.
Vi aspettiamo!

scuola.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali.
Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da 90 anni la guida più autorevole
nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni
racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati
da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa.
Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 10 - Ottobre 2019 - **Anno 90°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA
Web Editor
SABINA MONTEVERGINE
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) – lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE – aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI – stieni@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) – rangiolani@condenast.it
ALESSANDRO PIROLLO – apirollo@lacucinaitaliana.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO – cucina@lacucinaitaliana.it

Cuochi
SIMONA GALIMBERTI, JOËLLE NÉDERLANTS, WALTER PEDRAZZI,
ALESSANDRO PROCOPIO, GIOVANNI ROTA
Hanno collaborato
BETTINA CASANOVA, FABIO FINAZZI, AMBRA GIOVANOLI, CAMILLA GUSTI, PAOLO LAVEZZARI,
SARA MAGRO, GAIA MASIERO, MARINA MIGLIAVACCA, ALESSANDRO PIROLLO,
SIMONA SIRIANNI, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), SARA SUARDI,
VALENTINA VERCELLI, STEFANIA VIRONE VITTOR, CORA VOHWINKEL
Per le immagini
AG. 123RF, AG. GETTY IMAGES, AG. SHUTTERSTOCK, GIACOMO BRETZEL, SIMONE GALBUSERA,
ANNA HUERTA, RICCARDO LETTIERI, DAVIDE LOVATTI, ROBERTO ORLANDI, MONICA VINELLA

Direttore Editoriale LUCA DINI
Digital Editorial Director JUSTINE BELLAVITA

Chief Marketing Officer FRANCESCA AIROLDI
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Business Director ALESSANDRO BELLONI
Advertising Manager FEDERICA METTICA
Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. **Responsabile Digital Content Unit** SILVIA CAVALLI

Moda e Oggetti Personali: MATTIA MONDANI Direttore. **Beauty:** MARCO RAVASI Direttore
Grandi Mercati e Centri Media Print: MICHELA ERCOLINI Direttore. **Arredo:** CARLO CLERICI Direttore
Advertising Marketing Director: RAFFAELLA BUDA. **Digital Sales:** GIOVANNI SCIBETTA Responsabile
Triveneto, Emila Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager
Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN
New York: ALESSANDRO CREMONA.

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente GIAMPAOLO GRANDI
Amministratore Delegato FEDELE USAI
Direttore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI. **Direttore Centrale Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Circulation ALBERTO CAVARA. **Direttore Produzione** BRUNO MORONA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI. **Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione** LUCA ROLDI
Digital Marketing MANUELA MUZZA. **Social Media** ROBERTA CIANETTI
Digital Product Director PIETRO TURI. **Head of Digital Video** RACHELE WILLIG. **Digital CTO** MARCO VIGANÒ
Enterprise CTO AURELIO FERRARI. **Digital Operations e Content Commerce Director** ROBERTO ALBANI

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700.
Bologna, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249.
Parigi/Londra, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-53436975. **New York**, Spring Place 6, St Johns Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236.

a cura di SARA TIENI

notizie *di cibo*

Ogni riccio uno sfizio

«Non c'è rosa senza spine, non c'è amore senza fine». Lo stesso detto si potrebbe applicare ai pungenti frutti delle castagne che cadendo a terra segnalano ufficialmente l'inizio dell'autunno. Se siete cultori in questa materia (prima), concedetevi una passeggiata in Alto Adige, in Valle Isarco, lungo il cosiddetto Sentiero delle Castagne (Keschtnweg), 60 km da Bolzano a Varna disseminati di alberi secolari. Non a caso tra i dolci della zona ci sono i Cuori di castagne (Kastanienherzen), a base di frutti lessati e cioccolato, ideati negli anni Cinquanta dal pasticciere bolzanino Ivo Moschen per un matrimonio. Notevoli anche i formaggi di Degust, piccola azienda di Varna che li affina nelle foglie di castagno, e la birra con malto d'orzo e farina di castagne dell'antico birrificio con ristorante Gassl Bräu, a Chiusa. E per un'esperienza a tutto tondo fermatevi all'hotel Taubers Unterwirt, quattro stelle di Velturno dove tutto, dal menu alla spa, cita questo frutto.

FOTO AG. GETTY IMAGES

In cantina con Joe

Si allargano le degustazioni nella tenuta di Joe Bastianich, 40 ettari di vigneto sui **Colli Orientali del Friuli**. Il celebre ristoratore, oltre alle sue etichette, come il Vespa Bianco a base di chardonnay e sauvignon, propone assaggi di tutti i vini del territorio. *bastianich.com*

Piatto ricco

Favorisce gli impiattamenti scenografici Dalmata la nuova collezione di piatti, dalla **grafica** in bianco e nero, disegnata da Federico de Majo per Zafferano. *zafferanoitalia.com*

Tartufi al debutto

Dai classici **tajarin** al tartufo nero al vitello tonnato al tartufo: ci saranno questi e molti altri piatti nel menu del nuovo bistrot di Savini al **Mercato Centrale di Torino**. Focus sul bianco invece al ristorante dell'hotel NH Collection Porta Rossa a Firenze, dove si è serviti sotto volte rinascimentali (sotto). *savinitartufi.it*

Cuore di designer

C'è anche la caffettiera Pulcina di Michele De Lucchi per Alessi tra i pezzi all'asta benefica per **Love Design**, dall'11 al 13 ottobre, appuntamento ideato da Airc (Fondazione italiana per la ricerca sul cancro) e Adi (Fondazione italiana per il disegno industriale). *lovedesign.airc.it*

Pasta 3.0

Come la mangeremo nel 2050? Lo dirà il **World Pasta Day**, l'appuntamento che, ogni 25 ottobre, celebra nel mondo questo ingrediente. Sulla piattaforma digitale *aldente.worldpastaday.org* i cuochi potranno iscriversi alla kermesse fino al 30 settembre. Il pubblico invece troverà la lista dei ristoranti aderenti e moltissime ricette.

BUONA SCUOLA!

Dalla tovaglietta allo spuntino: piccoli aiuti per un ritorno sui banchi da favola

Piatto decorato **a mano**, Faïencerie Georges. *faiencerie georges.com*

Tovaglietta e tovagliolo **ricamati** a mano, Milou Milano. *miloumilano.bigcartel.com*

Merenda 100% **frutta** con vitamina C, Frutta Mista Fatata: tutto il gusto di Mellin per una magia che non svanisce a mezzanotte. *mellin.it*

Croccante, **dolcissima** e altoatesina la mela Red Delicious di Marlene. *marlene.it*

Muffin senza lattosio Mr.Day: fino al 20 novembre con il **concorso** Viaggia e Studia, in palio 12 vacanze studio EF. *mrday.it*

La Merenda Junior di Citterio, spuntino ideato in collaborazione con Disney. Bastoncini con **prosciutto cotto** o petto di tacchino a basso contenuto di grassi e senza glutine. *citterio.com*

Per **teneri** pranzetti i nuovi piatti della linea Happy as a Bear, Villeroy & Boch. *villeroy-boch.it*

Bento box multistrato di TakaTomo.de In vendita su *takatomo.de*

Per ripassare l'**alfabeto** c'è il set da biscotti da 34 pezzi di Tescoma. *tescomaonline.com*

Dal 2000 Foxy, con il progetto Adotta una Pigotta, aiuta **Unicef** a salvare i bimbi in difficoltà, grazie alla mitica bambola di stoffa. *foxy.eu*

Più buonumore con le nuove tisane 100% **biologiche** di Pompadour. *pompadour.com*

NEL SEGNO DEI PESCI

Tonno etico e pesci allevati senza antibiotici: così la spesa aiuta il mare e la salute

Pesca più rispettosa del mare e del benessere dell'uomo: una tendenza globale a cui si può aderire facendo la spesa. Ne è un esempio **Sea Change**, un progetto internazionale per la salvaguardia delle specie marine a cui aderisce Mareblu (*mareblu.it*). Il brand si fregia anche del bollino MSC per la pesca sostenibile con una linea di prodotti come le insalate di tonno e il salmone Nutri-mix, studiati anche per chi ha particolari esigenze alimentari. Da ottobre Coop, con la campagna Alleviamo la Salute, propone invece pesci allevati in mare aperto e senza antibiotici negli ultimi sei mesi (*e-coop.it*).

PESCE FRESCO DI ALLEVAMENTO ORIGINE COOP ALLEVATO SENZA ANTIBIOTICI NEGLI ULTIMI 6 MESI.
UN IMPEGNO CHE NON È SOLO SULLA CARTA.
LA COOP SEI TU

tavole per sognare

Laguna in rosa

Metti una sera a cena, al Met di Venezia (una stella Michelin), a due passi da **Piazza San Marco**. Metti una tavola apparecchiata tra i velluti e i broccati della Rose Room del locale, gustando i piatti dello chef Luca Veritti e sorseggiando un Rosé 11 Minutes, un bianco Hey French o un Amarone Labyrinth di Pasqua Vigneti e Cantine, palette di **calici** suggestiva da provare qui, su richiesta, o nelle migliori enoteche. *pasqua.it*

La mia vita con un cuoco

Equilibrio aureo

È quello che rinsalda ogni giorno il legame tra Cristiana Romito e suo fratello Niko. L'uno spicca voli verso l'alto, l'altra ha i piedi ben piantati per terra DI ANGELA ODONE

Cominciamo dagli orari, per tutti un gioco di incastri. È così anche per voi?
Decisamente! Coordiniamo hotel, ristorante e scuola di cucina: a Casadonna Reale non si sta mai fermi.
La sua giornata lavorativa?
Arrivo a Castel di Sangro la mattina alle 10.30 e resto fino alla chiusura, a volte anche fino alle 2 di notte. Le mie giornate sono intense, ma molto soddisfacenti.
Com'è lavorare con Niko?
Stimolante. Lui è in perenne movimento. Ti porta sempre a chiederti «Come posso fare meglio?».
Quando vivevate insieme, chi cucinava e che cosa?
A Roma, ai tempi della scuola, ai fornelli si alternavano mamma, nelle cose più semplici, e papà, nei piatti più ghiotti!
Lei cucina?
Sono in grado di organizzare un menu di sopravvivenza, ma finora, per fortuna, non ho mai avuto bisogno di farlo.
Avete mai cucinato insieme?
No, il cuoco è lui.
Qual è il piatto di Niko che preferisce?
Potrei vivere solo di vegetali. Amo i piatti nei quali mio fratello nobilita il cavolfiore, il cocomero, il pomodoro. Adoro i suoi capellini, sia ai porri sia al pomodoro.
C'è un piatto che vi unisce?
«Il brodo delle feste», lo cucinava mia madre a Natale, e ancora lo cucina. Per noi è famiglia.
Che cosa non manca mai a casa?
Fette biscottate, tè verde, infusi, frutta e marmellata, a casa mia. Da Niko, uova, pomodori e qualche salume locale.
Ospiti inattesi?
Li porto a cena fuori o chiamo Niko.
Che cosa le ha insegnato suo fratello?
A volare in alto e a crederci sempre. Anche quando le condizioni sono difficili.
E Niko che cosa ha imparato da lei?
La forza e la razionalità. Sono pragmatica e decisa, insieme ci bilanciamo perfettamente.

FOTO AG. GETTY IMAGES, BRAMBILLA SERRANI

È il Franciacorta Docg Grande Cuvée Alma Non Dosato l'elegante **novità** di Bellavista. *bellavistawine.it*

GIORNI DI VINI

Spumante a colazione e aperitivi a palazzo. Milano brinda, con una settimana di eventi

Degustazioni, incontri, spettacoli a tema sparsi per tutta la città: dal **6 al 13 ottobre** torna la Milano Wine Week. L'evento che celebra le eccellenze enologiche italiane ideato da Federico Gordini (nella foto sotto) è anche un modo per scoprire i luoghi meneghini più suggestivi. Qualche esempio? Si parte con la banda e un brindisi da record nella **Piazza Tre Torri** a CityLife (4), in collaborazione con Trentodoc. In pieno centro storico, a **Villa Necchi** (1), capolavoro tutelato dal FAI, il Fondo per l'Ambiente Italiano, si degusta il Prosecco di Montelvini. Ancora bollicine, ma a colazione, dalle 7.30 alle 10.30, al Franciacorta bar del **Senato Hotel** (2), a due passi da via Montenapoleone. Denso di appuntamenti il calendario del settecentesco **Palazzo Bovara** (3), in corso Venezia al 51, con gli aperitivi allestiti da Ferrari e Santa Margherita. E al Teatro alla Scala, infine, «nei lieti calici» spumeggerà Bellavista. Il programma completo si trova su *milanowineweek.com*

Torbido ma buono l'Asolo Prosecco Docg **Colfondo** Il Brutto di Montelvini. *montelvini.it*

MILANO WINE WEEK 2019

Un patrimonio da stappare (subito)

Incoronate dall'Unesco a Patrimonio dell'umanità, le colline del Prosecco Docg meritano una visita autunnale, magari per arricchire la vostra cantina. Da tenere sempre in frigo? Due Prosecco Superiore **Extra Dry**: il Millesimato di Maschio (*cantinemaschio.com*) e il Rive di Colbertaldo Ca'Val (*valdoca.com*). Versatili, si abbinano anche ai piatti più speziati.

FOTO **GIORGIO MAJNO/FONDO AMBIENTE ITALIANO**

Mitico!

Festeggia 120 anni Mutti, l'azienda emiliana famosa nel mondo che per prima, nel 1951, ha avuto la geniale idea di vendere il concentrato di **pomodoro** in un tubetto di dentifricio. *mutti-parma.com*

LA TOP TEN

Compie 10 anni *Identità Golose New York*, e celebra in grande a Eataly Flatiron dal 23 al 25 settembre. Versione americana del congresso di alta cucina Identità Golose ideato da Paolo Marchi, la kermesse vedrà **10 grandi cuochi** tra cui **Massimo Bottura** (a destra), Anthony Mangieri, pizzaiolo star trapiantato dal New Jersey a New York, Antonia Klugmann e Melissa J. Rodriguez, executive chef a Del Posto, prima donna chiamata a dirigere la cucina di un locale premiato con quattro stelle da *The New York Times*. A fare gli onori di casa sarà invece Lidia Bastianich. *identitagolose.it*

Tutte le Forme

Bergamo sarà capitale europea dei formaggi grazie a Forme (dal 17 al 20 ottobre), manifestazione dedicata all'**arte casearia** in cui la città emerge con 9 Dop sulle 50 nazionali. Nella stessa occasione anche il World Cheese Award, l'Oscar dei formaggi, in Italia dopo 31 anni. *progettoforme.eu*

Per una fetta, sali in vetta

Musica, assaggi e perfino educational in 3D: il 5 e 6 ottobre, in **Val di Funes** si tiene la Festa dello Speck Alto Adige Igp. Tra le chicche, un'escursione con Hans Mantinger, il più veloce affettatore di speck della regione, che farà da guida tra i masi dove si produce il salume. L'iniziativa si fregia del titolo di GreenEvent: organizzata secondo criteri di sostenibilità, punta su una gestione intelligente dei rifiuti, sul risparmio energetico e sulla riduzione del rumore. *speck.it*

MOZZARELLA
IN CARROZZA

Tutti i piatti del servizio **Ceramica Artistica Solimene**, fondo di tessuto **Romo**.

CAMPANIA TE VOGLIO BENE ASSAJE

Il fritto è una delizia a tutte le ore, la torta una consolazione dei sensi, la pasta un concentrato di Mediterraneo: non vorrete più andar via da questo paradiso del gusto

ricette **JOËLLE NÉDERLANTS**
testi **LAURA FORTI**
foto **RICCARDO LETTIERI**
styling **BEATRICE PRADA**

TORTA CAPRESE

LINGUINE
ALLA PUTTANESCA

Mozzarella in carrozza

Impegno Medio
Tempo 35 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

500 g mozzarella di bufala
12 fette di pancarré
3 uova
pangrattato
olio di arachide – sale

Tagliate la mozzarella a fette di circa 1 cm di spessore e pressatele un po' tra fogli di carta da cucina. Lasciatele poi a «fare acqua» per circa 1 ora.
Eliminate la crosta dalle fette di pancarré e preparate 6 panini con la mozzarella, cercando di coprire tutta la superficie del pane, rifilando eventuali eccessi.
Passate i panini nelle uova sbattute e poi nel pangrattato per due volte, avendo cura di sigillare bene i bordi.
Friggete i panini in abbondante olio di arachide a circa 160-170 °C, per circa 5 minuti, voltandoli sui due lati.
Scolateli su carta da cucina e serviteli subito, con un pizzico di sale.

Torta caprese

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 10-12 PERSONE

150 g burro
150 g cioccolato fondente senza glutine
130 g zucchero a velo senza glutine
100 g mandorle con la pelle
75 g farina di mandorle
4 g lievito in polvere per dolci senza glutine
4 uova
vaniglia
fecola di patate – sale

Accendete il forno a 170 °C; imburrate una tortiera (ø 22 cm) e cospargetela di fecola.
Frullate nel mixer le mandorle insieme con la farina di mandorle, non troppo a lungo, spegnendo prima che la forza centrifuga cominci a estrarre l'olio dalle mandorle.
Montate il burro ammorbidito con lo zucchero a velo e una presa di sale, finché non diventa un po' spumoso.
Unite al burro i tuorli, le mandorle frullate, il cioccolato grattugiato, il lievito e i semi di ½ baccello di vaniglia.
Montate a neve gli albumi e incorporateli al composto.
Versatelo nella tortiera e cuocete nel forno statico a 180 °C per 45 minuti circa.
Lasciate raffreddare la torta. Servitela spolverata di zucchero a velo.

Linguine alla puttanesca

Impegno Facile
Tempo 35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g pomodori pelati
350 g linguine
80 g olive di Gaeta
40 g capperi dissalati
2 filetti di acciuga sott'olio
aglio – peperoncino
prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale

Soffriggete in abbondante olio 1 spicchio di aglio, un pezzetto di peperoncino e le acciughe, finché non si saranno sciolte.
Eliminate l'aglio e unite i pomodori, schiacciandoli con un cucchiaio; aggiungete le olive, private del nocciolo e tagliate a pezzetti, e i capperi. Cuocete per 10-15 minuti.
Lessate intanto le linguine in acqua bollente salata. Scolatele al dente e versatele nella padella con il sugo.
Completate la pasta con una manciata di prezzemolo tritato e servite.

I COME INCREDIBILE

VINI ADATTI PER OGNI OCCASIONE, SOMMELIER CHE CONSIGLIANO LA BOTTIGLIA GIUSTA E SPAZI PER CONCEDERSI UN APERITIVO IN TUTTO RELAX

Dalla A di Alto Adige alla V di Veneto, passando dalla B di Brunello, **dalla F di Franciacorta, dalla M di Montepulciano e dalla T di Trebbiano**. Nelle Cantine di Ipermercati Iper, La grande i, trovate una vasta scelta di vini, proprio come in un'enoteca. Ci sono i bianchi, i rosati, i rossi giovani e i rossi più strutturati, le bollicine e i vini da dessert, con una selezione importante di etichette biologiche, vegane e senza solfiti aggiunti; e, ancora, vini pregiati in edizione limitata o in formato magnum, per un regalo importante o per un brindisi in una compagnia numerosa.
E per non rinunciare al piacere di un buon calice al giusto rapporto tra la qualità e il prezzo c'è la linea di vini Grandi Vigne, che comprende oltre 80 etichette prodotte da piccoli viticoltori di ogni regione d'Italia.
Con una varietà così grande siete indecisi su quale vino portare a casa? Nessun problema: sommelier professionisti sono a vostra disposizione per guidarvi nell'acquisto della bottiglia più adatta, ma anche per servirvi un aperitivo nella Cantinetta, lo spazio giusto per ritagliarsi un momento di relax, tra la spesa e la preparazione della cena. ***www.iper.it***

LA CANTINA
Differenti per mille motivi.

CHIACCHIERE DI STILE

Il successo di un invito prima e più che dalla bontà del menu dipende dall'atmosfera. Ecco sicure ancore di salvataggio da tabù, gaffe e silenzi imbarazzanti

di FIAMMETTA FADDA

Valentino Garavani ha confidato a *Vogue* di ritenere una sua virtù «aver sviluppato la capacità di riuscire a estraniarmi da una conversazione noiosa».

Ma non tutti hanno la consumata esperienza del grande sarto, e il subdolo inserirsi della noia, soprattutto quando si è bloccati per la durata di un pranzo o di una cena, è un vero spauracchio e per gli ospiti e per i padroni di casa accorti. Spauracchio superato solo dall'ingresso di argomenti gravemente contrari al piacere della conversazione. Marella Agnelli osservava e raccomandava la Regola delle tre S: a tavola, mai parlare di sesso, soldi, salute. In Inghilterra fino a una decina di anni fa i tabù «U», upperclass, alta società, erano, nell'ordine, sesso, religione, politica; oggi, sono figli, costo delle case, colf. Più la contagiosa deriva delle barzellette.

CAMBI DI ROTTA

C'è da dire che la vita sociale è un obbligo costoso sul piano della tenuta nervosa e per dirottare una conversazione sbagliata o scongiurare il silenzio, capaci d'insediarsi nel ricordo di un invito con più pervicacia di un piatto ben cucinato, è opportuno ricorrere allo sperimentato salvagente dello «small talk»: niente di personale, o di complicato, ma uno sfioramento variegato di argomenti leggeri. Per chi vuole approfondirne l'arte ci sono letture supremamente dilettevoli: *Noblesse Oblige* di Nancy Mitford, le commedie di Noël Coward, *Preghiere esaudite* di Truman Capote, tutto Alberto Arbasino. Ma senza ricorrere ai massimi sistemi, l'arrivo in tavola di una nuova portata può essere lo spunto per interrompere un silenzio che rischia di diventare pesante (ma bypassando la ricetta della nonna e dicendo cose che riguardano la posizione che quel cibo occupa nella tradizione della regione o del paese dove è nato).

FIORI ALL'OCCHIELLO

Lo stesso vale per il vino, la cui presentazione può diventare il fiore all'occhiello dei padroni di casa, a patto di evitare il vocabolario da iniziati. Una manovra di sicuro effetto è scegliere una bottiglia d'annata e, imparando dai francesi, raccontare come si è comportato il clima in quella data e in quella zona (be', sì, bisogna prepararsi, ma è un piacere), tema che innesca negli ospiti la caccia al ricordo di che cosa facevano «loro» in quell'anno. Da cui scaturisce nuova linfa alla conversazione. Per dire: «Quell'anno a Bolgheri una bella primavera ha fatto seguito a un inverno freddo; poi un'estate siccitosa ha messo in pericolo la maturazione delle uve, finché a settembre sono arrivate piogge abbondanti che hanno impresso il carattere finale all'annata che stiamo bevendo». O viceversa, scegliendo astutamente uno dei nuovi nettari modaioli: «Questo è un vino di compagnia, semplice, sincero, buono per quello che non c'è dentro» (evitando spiegazioni reiterate sulle differenze tra vini arancioni, biologici, naturali).

TRA CANI E GATTI

Ma il tema ideale dello «small talk» contemporaneo sono i nostri dilettevoli amici a quattro zampe. Attenzione però: si tratta di due tribù diverse di appassionati. Ed è falso dire che i maschi preferiscono i cani ai gatti. A testimonianza, farete un figurone citando *The Amiable Fleas**, le pulci simpatiche, che John Steinbeck, il più macho degli scrittori americani degli anni Cinquanta, autore, fra l'altro, di *Furore*, *La valle dell'Eden* e di altri poco ironici romanzi, aveva scritto per *Le Figaro* durante il suo soggiorno parigino. Monsieur Amité, chef di alto profilo, sta disperatamente cercando di aggiudicarsi la seconda stella Michelin. A tal punto che, quando tutto va storto nel giorno della visita dell'ispettore, finisce col prendere a calci il gatto Apollo, amico del cuore e assaggiatore ufficiale di ogni sua nuova creazione gastronomica. Deciso a riconquistarne l'amicizia, Monsieur Amité si impegna nella creazione di un piatto di irresistibile fascino felino. «Quando il piatto uscì dal forno, dorato e profumato come l'alito di una dea, Monsieur Amité riempì delicatamente la ciotola di Apollo e, senza impermeabile, uscì sotto la pioggia alla ricerca del suo diletto».

**Il racconto è appena apparso sul mensile letterario britannico* The Strand Magazine.

«Monsieur Amité riempì delicatamente la ciotola di Apollo...»

FOTO R. LETTIERI, AG. 123RF

MOSCOW MULE CHE BOMBA!

New York, 1946. Dall'idea di due imprenditori (della vodka e della ginger beer) nasceva un drink così *strong* che «scalciava come un mulo»

di ANGELA ODONE

La ricetta

4,5 cl vodka
1,5 cl succo di lime
ginger beer
angostura – lime
menta – ghiaccio

Colmate di cubetti di ghiaccio un bicchiere cilindrico alto da 30 cl circa (highball). **Versatevi** la vodka e il succo di lime. **Mescolate** con un cucchiaino lungo (barspoon) per raffreddare gli ingredienti. **Riempite** il bicchiere con la ginger beer. **Completate** con 4-5 gocce di angostura e decorate con un ciuffo di menta e una fetta di lime.

4 REGOLE VERSO LA PERFEZIONE

secondo Claudio Perinelli

1. **Bicchiere** Solitamente si serve in un mug di rame stagnato, come i primi Moscow mule. Meglio però un bicchiere highball di vetro non colorato, raffreddato con ghiaccio, perché l'acido citrico (della soda e del lime) e il metallo non sono una buona accoppiata.
2. **Ghiaccio** Deve essere di ottima qualità, in cubetti trasparenti e pieni, non forati, preferibile a quello grattugiato.
3. **Freschezza** Per conservare tutto il mordente del lime, spremetene il succo solo al momento dell'uso.
4. **Cetriolo** Sì o no? La risposta è un no deciso. Anche se in Italia l'associazione di zenzero e cetriolo è immediata, un po' come dire fragole e panna, voi preparatelo (o ordinatelo) senza.

Claudio Perinelli è nato a Verona 34 anni fa. Da più di dieci nel mondo della miscelazione italiana e internazionale, nel 2016 ha aperto, con l'amico e socio Thomas Bianco, il cocktail bar The Soda Jerk, nella sua città, in vicolo Quadrelli.

gli ingredienti giusti

Royal Bliss Seductive Ginger Beer Taste
La più speziata tra le sode Royal Bliss. È rinfrescante e piccantina. I profumi dolci sono in perfetto equilibrio con le note dello zenzero. Disponibile solo nei cocktail bar.
instagram.com/royalblissit

Purity Ultra 34 Organic Vodka
Carattere equilibrato, deciso ma morbido. Ottima anche da bere liscia. Vincitrice di più di 150 premi internazionali.
29,90 euro
purityvodka.com

Beverino e aromatico, con il tocco balsamico della menta, è ideale per accompagnare una tartare di fassona piemontese (oppure di carne di cavallo) condita con poche gocce di salsa Worcester, Tabasco o senape.

UN PRANZO DA RE

Avete già lucidato l'argenteria e tirato fuori il servizio buono? Inamidate la tovaglia di fiandra con **Angela Odone** e tenetevi pronti ad accogliere il più blasonato degli ospiti

«Your Majesties, welcome to Downton Abbey». Così Cora Crawley contessa di Grantham, moglie di Robert Crawley, settimo conte di Grantham, nel film ispirato alla seguitissima serie tv (nel Guinness dei primati con il voto più alto della critica), accoglie con la sua migliore riverenza i reali inglesi in visita presso la splendida dimora nobiliare. Se ai piani nobili nelle settimane precedenti al grande evento ci si dedica a inchini, abiti, acconciature e gioielli, nella **cucina del seminterrato** la cuoca Beryl Patmore e la sua fedele aiutante, Daisy, si danno un bel daffare, sfogliando ricettari e provando le portate da servire al pranzo reale, alla parata e alla cena. Intanto i guanti bianchi di domestiche e valletti si muovono rapidi e precisi perché ogni angolo della casa «sia lucido e sfavillante», come esige la capo governante Mrs. Hughes. All'appello non manca Mr. Carson: seppur in pensione, torna per dare il suo prezioso aiuto affinché tutto sia come (da sempre) deve essere. *Downton Abbey, di M. Engler, nei cinema dal 24 ottobre. Universal Pictures,* universalpictures.it

Qui sopra, Lady Violet Crawley interpretata da Maggie Smith. In alto, nella cucina di Downton Abbey la cuoca, la signora Patmore, la sua assistente Daisy, Mr. Carson e Mrs. Hughes.

Tarantino n. 9

L'ha dichiarato più volte il regista Quentin Tarantino: dopo il decimo film smetterà di girare. Se seguirà il suo proposito, lo scopriremo presto perché *C'era una volta a... Hollywood* è la sua nona pellicola. Fin da *Le iene* (1992) il cibo e l'alcol hanno sempre accompagnato le avventure dei suoi personaggi. Ne abbiamo visti di hamburger, bottiglie di ketchup e di birra, bistecche grondanti sangue e frappè da 5$, tazze di caffè (magari avvelenato) e stufati che cuociono piano piano. In questa pellicola? Ristoranti messicani, crauti flambé, cibo per cani e molti, molti drink... *C'era una volta a... Hollywood, di Q. Tarantino, Sony Pictures Italia/Warner Bros. Pictures Italia Adler Entertainment,* adler-ent.com

IN FERMENTO

Lo yogurt è facile da fare (seguendo poche regole, imprescindibili) e di soddisfazione in cucina perché è sano, fa bene ed è buono col dolce e col salato. Cosa serve? Latte e yogurt. *V. Repetto, Yogurtista, Nomos, 19,90 euro*

TRIS DELLE MERAVIGLIE

Funghi, castagne, tartufi, e altre sorprese. Con l'autunno arriva la voglia di andare nei boschi per raccogliere quei frutti che poi, a casa, sarà bello cucinare e imparare a conservare. *B. Torresan, La cucina del bosco, Gribaudo, 14,90 euro*

AMARE IL MARE

Che cosa c'è dietro un piatto di rigatoni con la palamita o di cappon magro? Chi l'ha cucinato, certo, ma senza il pescatore nessuno di questi piatti si potrebbe gustare. Quindici storie (e ricette) di uomini e di abissi. *Pesce, la piccola pesca e la sua cucina, Slow food Editore, 24,50 euro*

LA GIARDINIERA

Per qualche tempo dimenticata, l'allegra conserva torna nelle credenze e sulla tavola come antipasto o contorno per salumi e formaggi. Ma deve essere fatta a regola d'arte: ecco gli artigiani che abbiamo selezionato per voi

ORTAGGI DI STAGIONE TUTTO L'ANNO
Anche se la miglior giardiniera è quella che si prepara in casa, senza troppe difficoltà (45 minuti con la nostra ricetta, *lacucinaitaliana.it*), tra quelle confezionate se ne trovano di ottime: noi le abbiamo scelte per croccantezza delle verdure a filiera controllata, qualità dei condimenti (aceto, vino e olio) e originalità delle ricette.

1

LA GIARDINIERA DI MORGAN
LAGIARDINIERA DIMORGAN.COM
Oltre alla ricetta di Morgan Pasqual, a pezzi grandi e croccanti cotti separatamente, ci sono quelle della moglie Luciana, in olio del Garda, e dei figli: Giada la fa colorata con tante verdure, Anna la propone con peperoncino e zenzero e Giovanni con la frutta.

2

IN.GREDIENTI
VIA LIGURIA 2, RUBANO (PADOVA)
Nella gastronomia della famiglia Alajmo, di fronte al ristorante Le Calandre, si comprano (e si mangiano) piatti pronti e conserve preparate dalla squadra di Max, il più giovane 3 stelle Michelin del mondo. Tra questi una giardiniera sott'olio e aceto super. Anche online.
alajmo.it

3

CASCINA PIOLA
CAPRIGLIO (ASTI)
Un esempio di azienda agricola a filiera corta: dalle sementi bio autoprodotte alla coltivazione, trasformazione e vendita. Tutto è fatto in casa, comprese le conserve con ricette tradizionali come l'antipasto piemontese, una tipica giardiniera al pomodoro.
cascinapiola.it

4

MAMMA CHEF
VIA DON CAMPI 38, CREVACUORE (BIELLA)
Un anno fa Roberto Grassi, 26 anni, figlio di fornai e buongustaio, decide di sperimentare per la vendita alcune conserve di famiglia. Tra queste la giardiniera della sua madrina, di cui svela due segreti: verdure di piccoli agricoltori a massimo 15 km di distanza, e una salsa rubra rivisitata come condimento.
mammachef.it

5

MONASTERO BENEDETTINE S.M. DELLE GRAZIE
ORTE (VITERBO)
Tra i prodotti delle monache c'è anche la giardiniera Sapori del nostro orto preparata con le verdure del convento, e cioè: pomodori pachino, fagiolini, carote, peperoni, cipolle, sedano.
bottegadelmonastero.it

TESTI **SARA MAGRO**, FOTO **R. LETTIERI**

GALEOTTO FU IL SASSICAIA

Grande charmeur, grande romantico, protagonista avventuroso del mondo del vino, Gelasio Gaetani d'Aragona Lovatelli racconta la sua più bella cena di conquista

«Di cene da ricordare ne ho tante, ma per me è memorabile questa, perché riguarda la donna che amo: Lucrezia Lante della Rovere. La conoscevo da sempre e la trovavo bellissima ed emozionante, ma non ci frequentavamo. Lei aveva la sua vita complicata: una mamma eccentrica come Marina Ripa di Meana; un'unione da cui sono nate due figlie gemelle; un lungo rapporto di lavoro e amore con Luca Barbareschi. Io mi ero sposato con Noemi Marone Cinzano, poi avevo vissuto in California per due anni.

Un giorno del 2017 all'Aeroclub di Terni, aspettando il mio turno di lancio col paracadute, una mia grande passione da quand'ero ragazzo, sfogliavo *Il Messaggero*: c'era una lunga intervista di Lucrezia che parlava della sua vita di teatro, degli uomini, che non le interessavano più perché sono egoisti/possessivi/vanesi, e del bracco Arturo, il suo solo vero amore. Il mio cuore ha cominciato a battere con il tumulto che mi prende sempre quando mi innamoro. Ho iniziato a pensare come incontrarla, corteggiarla, conquistarla. L'ho chiamata subito con la scusa dell'articolo, dicendo che volevo capire perché non era più interessata all'amore e che volevo conoscere il cane Arturo. Lei era in partenza per Genova, per recitare ne *Il padre* di Florian Zeller. Sono andato a vedere lo spettacolo, e a fine recita, a sorpresa, mi sono infilato nel camerino e l'ho invitata a cena. Avevo chiesto consiglio all'amico Giacomo Cattaneo Adorno, della grande famiglia genovese: «O una trattoria sul mare o l'Ippogrifo, che è elegante», aveva sentenziato. All'Ippogrifo avevano una lista importante di vini, giusto quello che serviva a me per colpirla con le storie dei miei vini, di Montalcino, della Toscana. Per colmo di fortuna il proprietario mi conosceva ed era onorato di averci a cena. Preso com'ero in altre emozioni, di che cosa si è mangiato quella sera non ricordo quasi niente. C'erano dei fogli sottilissimi di pasta con il pesto, delle polpette croccanti... A Lucrezia piace il pesce, ma io ho preso carne per far mettere in tavola un Sassicaia e colpirla con il racconto delle mie degustazioni «verticali», cioè del vino bevuto in caduta libera durante i lanci col paracadute. Piero Antinori conserva una foto nel suo ufficio mentre sorseggio il suo Tignanello 1975 precipitando a trecento chilometri all'ora. Col dessert era previsto un Passito di Pantelleria, ma io ho voluto il Vin Santo, per poterci intingere i cantucci (incredibile, ma c'erano) a sigillare l'impronta del mio terroir. Quella cena ha coronato il mio sogno e ha dato inizio alla nostra storia d'amore. Poi lei, due mesi fa, mi ha lasciato. Dice che sono egoista, concentrato su me stesso, forse infedele. Ma non è vero. Sono tristissimo: non mi è mai capitato di essere lasciato, e non so come ci si comporta in questi casi. Adesso vado in Portogallo a fare il nonno di cinque nipoti dai quindici anni ai quindici mesi, come si addice all'ultrasessantenne che io sono. Ma quando torno voglio rileggere il mio diario – da sempre ne scrivo una pagina tutte le sere – per vedere come avevo conquistato Lucrezia ed elaborare nuove tecniche di riconquista. Al centro ci sarà di certo una cena.»

Gelasio Gaetani d'Aragona Lovatelli coltiva interessi dalle molte sfaccettature, ma la sua passione costante è il vino. Suo il progetto Ex Vinis, che promuove l'apertura verso nuovi mercati di piccole aziende vinicole italiane di qualità. Ha fatto conoscere il vino italiano negli Stati Uniti; è un personaggio notissimo nella Napa Valley, consulente enologico delle stelle di Hollywood e autore di libri sul vino.

FOTO ROBERTO ORLANDI, AG. GETTY IMAGES

STAGIONE

Undicesimo comandamento, non sprecare. Una cucina buona, sana, genuina è anche sostenibile: ingredienti stagionali, cotture veloci, velocissime, che rispettino i nutrienti e che aiutino a risparmiare energia. In più, una cucina sostenibile deve essere furba e permettere di preparare in anticipo, di riciclare gli avanzi e di rendere preziosi i cibi più semplici. A *La Cucina Italiana* cuciniamo così da 90 anni, e oggi lo facciamo anche a fianco di Edison, che l'energia la crea da oltre 130 anni e vuole insegnare a consumarla meno e meglio. Con tanti piccoli gesti che possono cambiare il mondo, a casa, giorno dopo giorno.

TAGLIATA AI PEPI

Ingredienti per 4 persone
1,2 kg *bavetta (pancia) di manzo*
150 g *asparagi selvatici*
10 g *pepe di diverse varietà*
12 *carote mignon*
1 *cucchiaio di paprica affumicata*
olio extravergine di oliva – sale grosso
Per la salsa bernese
100 g *aceto –* ***100 g*** *vino bianco*
40 g *burro chiarificato –* ***2*** *tuorli*
1 *scalogno – pepe nero – sale*
bacche di ginepro – dragoncello

Pestate finemente i pepi e mescolateli con la paprica. Cospargeteli sulla carne, sopra e sotto, e fatela marinare per 2 ore. **Scottate** le carote, non pelate, per qualche secondo in acqua bollente e passatele sotto l'acqua fredda. Suddividete gli asparagi selvatici in 4 mazzetti, sbollentateli per 1 minuto e raffreddate anch'essi.

Per la salsa bernese

Raccogliete in una padella l'aceto, il vino, lo scalogno tritato, un ciuffo di dragoncello tritato, grani di pepe nero e qualche bacca di ginepro; fate ridurre il liquido a 1/3 del volume, poi filtrate. Sbattete i tuorli in una ciotola, posatela su una casseruola piena di acqua bollente facendo in modo che il fondo non sia a contatto con l'acqua. Sbattendo con la frusta incorporate poco alla volta la riduzione al dragoncello, poi il burro chiarificato e un pizzico di sale. Continuate a sbattere finché la salsa non sarà lucida e spumosa.

Tagliate la carne in 4 porzioni. In una padella ampia scaldate vivacemente 1 cucchiaio di olio con una manciata di sale grosso, poi unite la carne e cuocetela rapidamente per circa 2 minuti per lato, girandola solo una volta: deve rimanere rosa all'interno. Servitela con la salsa bernese e le verdure.

IN VERDE

UOVO MORBIDO CON BOTTARGA

Ingredienti per 4 persone
200 g *pane*
80 g *Parmigiano Reggiano Dop grattugiato*
60 g *bottarga di muggine*
4 *uova – brodo vegetale*
olio extravergine di oliva – sale – pepe

Scaldate l'acqua al fremito leggero (68 °C) per 20 minuti assicurandovi che la temperatura resti costante (utilizzate un termometro). Immergetele poi in acqua e ghiaccio per bloccarne la cottura.
Tagliate il pane in 4 fette, cospargetele con 50 g di Parmigiano e infornatele a 180 °C per 10 minuti circa; frullatele quindi con il brodo vegetale, aggiungendo un filo di olio per emulsionarla, fino a ottenere una crema liscia.
Regolate di sale.
Per la cialda
Coprite un piatto piano con carta da forno, distribuitevi il resto del parmigiano formando un disco e cuocetelo al microonde al massimo della potenza per 1 minuto e mezzo circa. Non deve bruciare. Quando la cialda sarà fredda, spezzatela in quattro.
Tagliate a fettine molto sottili la bottarga.
Distribuite la crema di pane in quattro ciotole, nel centro aprite delicatamente un uovo, decorate con un pezzo della cialda e cospargete con fettine di bottarga; condite con olio, sale e pepe.

UN'ISOLA NEL PIATTO

A Pantelleria, per scoprire i segreti di Maria Concetta. Che porta in tavola la generosità della sua terra benedetta dal sole, dal vento e dal mare

di LAURA FORTI, foto ANNA HUERTA

Verdure dell'orto, erbe spontanee e saperi antichi: sono questi gli ingredienti che rendono speciale la cucina di Maria Concetta Ferrandes, un'istituzione a Pantelleria, dove è conosciuta per gli indimenticabili piatti che cucina a cena ai suoi ospiti. Mamma e nonna, Maria Concetta è anche responsabile, insieme con i figli (nella foto, Carlo, papà di Noah, due anni), di un piccolo resort che deve molta della sua fortuna proprio alle colazioni e alle cene. «Mi impegno molto per offrire il meglio a chi si siede alla mia tavola. Per questo mio figlio si dedica all'agricoltura, **biologica**, e io stessa ho fatto un corso per riconoscere le erbe spontanee, che vado a raccogliere di persona: mi piace utilizzarle nelle ricette, insieme con i fiori. Partiamo avvantaggiati, perché il sole e il vento di Pantelleria ci regalano ingredienti che sono molto ricchi di sapore. Basta poco, poi, perché un piatto riesca bene». La semplicità, infatti, è un'altra delle linee guida di Maria Concetta, perché «le cose buone non vanno troppo pasticciate».

Per il resto, si affida a gesti e **abilità spontanee**: nata e cresciuta a Pantelleria, ha sempre visto cucinare, e ha imparato per «imitazione», con naturalezza. «Ma che cos'è che rende così speciali i suoi piatti, oltre alla bontà delle materie prime?», le chiedo. Mi risponde citando quello che suo figlio ha scritto sulla lavagnetta appesa a casa: «Quando cucini, pensa alle persone per cui stai cucinando, altrimenti stai solo preparando da mangiare». Un ingrediente «immateriale», quindi, ma fondamentale. «Sì, non si tratta di eseguire ricette, ma del piacere di far contenti i tuoi cari». ■

Caponata

«Taglio a pezzetti 1 kg di melanzane e 1 kg di peperoni e li friggo separatamente. A parte, preparo una salsa con un filo di olio extravergine di oliva, 500 g di cipolle tagliate a striscioline, 2 gambi di sedano a pezzetti e 600 g di passata di pomodoro. Quando la salsa si sarà asciugata, aggiungo 1 bicchiere con una soluzione di acqua e aceto (metà e metà) e 2 cucchiai di zucchero. Appena il sedano è cotto, unisco 200 g di olive verdi snocciolate e 50 g di capperi, poi i peperoni e per ultime le melanzane. Prima di servire, guarnisco il piatto di portata con una decina di gherigli di noce».

Sfince

«In una terrina raccolgo 1 kg di farina, 15 g di lievito di birra sciolto in un po' di acqua tiepida, 1 cucchiaino di zucchero, 3 cucchiai di olio extravergine di oliva e 1 litro di acqua tiepida. Impasto tutto energicamente: la consistenza non deve risultare troppo fluida; in ultimo aggiungo un pizzico di sale. Copro e lascio lievitare in un luogo caldo fino a quando l'impasto non raddoppia. Poi lo friggo in abbondante olio di arachide formando delle palline. Quando sono dorate, le scolo su un vassoio coperto di carta da cucina. Completo con zucchero e cannella o con uno sciroppo di miele e zucchero, spolverizzando con zucchero, sesamo e la scorza grattugiata di un limone bio».

L'AUTUNNO SPOGLIA LE PIANTE E VESTE... IL FRIGO

Ispirati dalla saggezza popolare dei proverbi abbiamo riempito il nostro con le prelibatezze che questa romantica stagione ci regala

L'iconico frigorifero Fab28 di **Smeg** in stile anni Cinquanta è ventilato, ha il termostato regolabile e lo sbrinamento automatico. L'interno è illuminato con led a basso consumo. Senza corrente elettrica ha un'autonomia di 12 ore. Classe energetica A+++. *smeg50style.com*

Sui ripiani

1. Barattolo per conserve **Tescoma**, *tescomaonline.com*
Ciotole di bambù **Ikea**, *ikea.com*
Scrub alla menta piperita **Sephora**, *sephora.it*
Peperoncini piemontesi farciti con tonno in olio extravergine di oliva Capricci, da **Eataly**, *eataly.net*
2. Eau de parfum Chance **Chanel**, *chanel.com*
Ricotta della nonna di latte vaccino 100% italiano **Bustaffa**, *bustaffa.it*
Conserva di fichi Azienda Agricola San Benedetto, da **Eataly**, *eataly.net*
Succo di pera e nettare di mirtilli bio **Alce Nero**, *alcenero.com*
Barattolo per conserve **Tescoma**, *tescomaonline.com*
Yogurt intero naturale **BioMu**, *biomu.eu*
Composta di cipolle rosse Le Tamerici, da **Eataly**, *eataly.net*
Piatto con i formaggi **Virginia Casa**, *virginiacasa.it*
3. Salame Felino, Strolghino e Culatello **Boschi Fratelli**, *boschifratelli.com*
Tessuto **Busatti**, *busatti.com*

Nella porta

4. Bibita Mela Zen Baladin, da **Eataly**, *eataly.net*
Sugo all'ortolana biologico **Alce Nero**, *alcenero.com*
Confettura di pesche Mariangela Prunotto e Salsa bio di pomodoro ciliegino Segreti di Sicilia, da **Eataly**, *eataly.net*
5. Vino Rubicone rosato Ginevra di Pandolfa, da **Signorvino**, *signorvino.com*
Vino rosato Calafuria di **Tormaresca**, *tormaresca.it*

TESTI **A. ODONE**, FOTO **S. GALBUSERA**, STYLING **C. GUSTI**, HA COLLABORATO **A. PINTO**

Piatto **Ikea**, posate da pesce **Sambonet**, tovagliolo **La DoubleJ**, bicchieri **Andrea Fontebasso per Tognana**, fondo di carta da parati **Hermès.**

SCRIGNI DI IDEE

Un tipico piatto siciliano preparato da una mamma-top manager. Con il pallino della sostenibilità

testi SARA TIENI
foto RICCARDO LETTIERI
styling BEATRICE PRADA

«Con mio padre, di Milazzo, andavamo a mangiare gli involtini di pesce spada, che noi chiamiamo i *bracciulittini*, in riva al mare. Fatti al gratin, per i siciliani sono una versione "dietetica" del fritto». **Bernadette Bevacqua**, Amministratore Delegato Henkel Italia e General Manager Beauty Care Retail Italy, è una catanese globetrotter – ha vissuto anche per due anni a Düsseldorf – che mescola solarità sicula e rigore teutonico. La nostra ospite arriva portando con sé degli «amuleti»: un libro di ricette siciliane e gli «occhi di Allah», delle sfere in ceramica portafortuna regalate da un'amica. Trapiantata a Milano dai tempi dell'Università Bocconi, la manager è abituata a coordinare un'azienda da circa mille dipendenti solo in Italia, ma è anche mamma sprint di due bambine. A casa l'aiuta Dino, marito conosciuto sui banchi del liceo, che la chiama Bernie, come il topolino della favola disneyana. Attenta all'**ambiente** anche in cucina, Bernadette cerca di non sprecare acqua e detersivo e di fare lavaggi brevi con la lavastoviglie. Una filosofia che condivide con la sua compagnia: «Entro il 2025 il 100% dei packaging Henkel sarà riciclabile, riutilizzabile o compostabile. Un impegno serio e concreto preso con i consumatori per il futuro». ■

Bracciulittini di spata

Impegno Facile
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg 12 fettine di pesce spada
200 g pangrattato
30 g caciocavallo stagionato
10 g uvetta già rinvenuta
10 g pinoli – 10 g capperi dissalati
1 spicchio di aglio – 1 limone bio con foglie – prezzemolo origano – sale – pepe olio extravergine di oliva

L'ideale per il ripieno sarebbe avere capperi di Pantelleria o di Salina.

Qualche altro segreto?

Tagliare fette spesse 5 mm e lasciare la pelle.

In questo modo gli involtini non si rompono, giusto?

Questo è il mio ricettario preferito, insieme al taccuino di mia nonna. Lei pesava tutto a mano però.

Profumi di Sicilia di Giuseppe Coria.

Mmmh! Che aroma di limone.

Certo, il segreto è usarlo tutto: succo, buccia e foglie, dà una grande freschezza.

Un passaggio importante: marinare il pesce nell'olio per 15-20 minuti. Ma senza sale.

Ora sfogliamo il prezzemolo: che profumo!

Un bel po' di olio per amalgamare il ripieno di uvetta, prezzemolo, capperi, pinoli, scorza di 1 limone, origano, sale e pepe.

E adesso frullo tutto, ma non troppo finemente.

Adoro l'aglio: dà una marcia in più. Ma per un gusto più delicato si può eliminare.

Assaggio sempre: solo così capisco subito se il sapore è quello giusto.

A che cosa serve il caciocavallo grattugiato?

Per rendere irresistibile e dorata la panatura. Occhio alla dose però!

Impana prima le fettine?

Sì, vengono molto saporite. Poi metto al centro 1 cucchiaio di ripieno, arrotolo e chiudo con uno stecchino.

Perché ha cosparso il fondo della pirofila con olio e pangrattato?

Per non far attaccare gli involtini. Poi, per aromatizzarli uso delle foglie di limone.

Siamo pronti per cuocere! E prima di servire aggiungo qualche goccia di limone.

Bastano solo 4-5 minuti in forno a 220 °C.

Eccomi sul set! Apparecchio e decoro la tavola con un bel limone e dei piccoli portafortuna.

ricettario *di ottobre*

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra tabella **a pag. 151**

testi
GAIA MASIERO
ALESSANDRO PIROLLO
VALENTINA VERCELLI
foto **RICCARDO LETTIERI**
styling **BEATRICE PRADA**

Chi c'è nella nostra cucina

ALESSANDRO PROCOPIO
Ha iniziato la sua carriera al ristorante D'O di Davide Oldani. Dopo aver lavorato a Le Gavroche a Londra, da Troisgros a Roanne, e al Plaza Athénée a Parigi, è tornato al D'O dove è ora sous-chef. Il suo ideale sono i piatti con non più di quattro ingredienti (condimenti esclusi), come le penne alla zucca.

JOËLLE NÉDERLANTS
È la responsabile, anzi l'anima della nostra cucina di redazione, e mano destra dei cuochi ospiti. Specialista di cioccolato (è belga), studia novità e tradizioni della pasticceria e le reinventa nei suoi dolci. Questo mese ci ha stupiti con la crostata frangipane senza glutine e senza lattosio.

GIOVANNI ROTA
Dopo gli studi alberghieri si è formato in tutti gli ambiti della ristorazione maturando una profonda esperienza. Tecnico preciso e mente riflessiva, è professore di istituto alberghiero, maestro della nostra Scuola e ideatore di eventi gastronomici. È un poeta del risotto. Ma provate la focaccia qui accanto e i ravioli...

Focaccia farcita con verdure autunnali e squacquerone

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

- **500 g farina**
- **250 g finferli**
- **250 g formaggio tipo squacquerone**
- **200 g cimette di broccolo**
- **200 g olio extravergine di oliva**
- **burro**
- **aglio**
- **sale**

Impastate la farina con 100 g di olio, 12 g di sale e 200 g di acqua; modellate l'impasto a palla, avvolgetelo nella pellicola e fatelo riposare per 30 minuti.
Pulite i finferli e sbollentateli per un paio di minuti.
Lessate le cimette di broccolo in acqua bollente salata per 3 minuti; scolatele e spezzettatele.
Arrostite i finferli e le cimette di broccolo in una padella con una noce di burro e 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia; dopo circa 3 minuti spegnete e tagliate tutto a pezzettini.
Preparate una emulsione mescolando 100 g di olio con 50 g di acqua e un pizzico di sale.
Infarinate il piano di lavoro; dividete la pasta in quattro parti e stendetele ottenendo delle sfoglie rettangolari di 1-2 mm di spessore. Con due di esse rivestite due teglie da forno (30x24 cm) leggermente unte.
Distribuite sulle sfoglie piccoli ciuffi di squacquerone, poi aggiungete i broccoli e i finferli. Coprite le focacce con le altre due sfoglie e sigillate i bordi formando un cordoncino (ritagliate l'eventuale pasta in eccesso).
Spennellate la superficie con l'emulsione e praticatevi delle piccole incisioni.
Infornate le focacce a 190 °C per 25-30 minuti.
Da sapere Questo impasto ha un sapore neutro e si presta perciò anche a ricette dolci: provatelo, per esempio, farcito con crema pasticciera e frutta di stagione a pezzetti saltata in padella con un po' di zucchero.

Tessuto decorato **Silva Tessuti**, scatola di legno vintage **Snowdrops**, fondo di tessuto **Designers Guild**.

Insalata di gamberoni, pompelmo rosa e finocchi

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

12 code di gamberoni rossi adatti per il consumo a crudo
2 pompelmi rosa
1 finocchio
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Sgusciate le code dei gamberoni senza eliminare la codina (telson). Incidetele per il lungo in modo che si aprano leggermente ed eliminate il budellino scuro.
Mondate il finocchio e tagliatelo a fettine molto sottili.
Sbucciate 1 pompelmo e ½; affettatelo a spicchi sottili.
Spremete l'altro ½ pompelmo e mescolate il succo con 30 g di olio e un po' di scorza grattugiata.
Disponete nei piatti il pompelmo, i finocchi e i gamberoni, irrorate con il condimento, salate, pepate e servite.

Piatto dei gamberoni **H&M Home**, vassoio di specchio **Tine K Home**, piatto bianco del risotto **Tognana**, posate **Yoox**, tavolo di legno vintage **Snowdrops**, sottopiatti e tovagliolo **Made in Design**, fondi di tessuto **Dedar**.

Risotto al cedro candito, capperi e salvia

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 15 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

480 g riso Carnaroli integrale
100 g zucchero
80 g burro
60 g Grana Padano Dop
1 cedro
farina di riso
capperi dissalati – limone
salvia – aceto di vino bianco
olio di arachide – sale
olio extravergine di oliva

Sbollentate per qualche istante la scorza del cedro. Sciogliete sul fuoco lo zucchero con 150 g di acqua e il succo di ½ cedro; aggiungete nello sciroppo la scorza dell'agrume e dopo 1 minuto spegnete il fuoco. Lasciate raffreddare tutto, quindi tagliate la scorza a listerelle.
Tostate il riso in una casseruola senza grassi per qualche minuto; bagnatelo con 1 mestolo di acqua bollente e portatelo a cottura in 40-45 minuti, aggiungendo via via poca acqua bollente.
Riscaldate intanto l'olio di arachide; infarinate 30 foglie di salvia con la farina di riso e friggetele per pochi secondi. Scolatele e disponetele su carta da cucina per asciugarle. Salatele leggermente al momento dell'uso.
Mantecate infine il risotto con il burro, il grana, 1 cucchiaio di aceto e regolate di sale. Aggiungete la scorza grattugiata di ½ limone e un filo di olio extravergine. Servitelo completando ogni piatto con qualche cappero, le scorze di cedro e la salvia fritta.

Penne con zucca e gorgonzola

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

600 g polpa di zucca
500 g penne
200 g gorgonzola
60 g semi di zucca
1 scalogno
olio extravergine di oliva
sale

Tagliate la polpa di zucca a cubetti grossolani.
Affettate finemente lo scalogno, rosolatelo in padella in un velo di olio; aggiungete 500 g di zucca e 300 g di acqua. Coprite con il coperchio e lasciate cuocere per 10-12 minuti a fuoco basso. Frullate tutto con 1 cucchiaio di olio aggiungendo acqua, se necessario, fino a ottenere una crema.
Tostate i semi di zucca in una padella ben calda e teneteli da parte.
Saltate i cubetti di zucca rimasti in padella con un filo di olio; salateli.
Cuocete la pasta al dente, scolatela e mescolatela con la crema di zucca.
Servite completando con i cubetti di zucca, tocchetti di gorgonzola e una manciata di semi di zucca.

Torta di rigatoni

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 4 ore

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

400 g rigatoni
PER IL RAGÙ
1,5 litri brodo di carne
125 g vino rosso
75 g polpa di manzo macinata
75 g polpa di vitello macinata
75 g polpa di maiale macinata
60 g sedano
50 g pancetta tesa
50 g cipolla
50 g carota
50 g latte
30 g concentrato di pomodoro
2 uova
Parmigiano Reggiano Dop
mazzetto aromatico (salvia, rosmarino, alloro, timo)
burro – sale – pepe
olio extravergine di oliva
PER LA BESCIAMELLA
250 g latte
20 g farina
20 g burro
sale – noce moscata

Tagliate a dadini la pancetta, il sedano, la cipolla e la carota e fate appassire tutto insieme in una capiente casseruola in un velo di burro.
Rosolate le carni tritate in una pentola a parte con 2 cucchiai di olio a fiamma vivace, sgranandole con una frusta. Dopo 5 minuti circa unitele al soffritto, sfumate con il vino, mescolate e lasciate insaporire, per 3-4 minuti; salate e pepate, unite il concentrato di pomodoro, il mazzetto aromatico e coprite tutto con il brodo bollente. Lasciate cuocere dolcemente per almeno 2 ore e 30 minuti, aggiungendo un paio di mestoli di brodo di tanto in tanto, se si asciuga troppo. Alla fine unite il latte e cuocete per altri 10 minuti.
PER LA BESCIAMELLA
Preparate il roux: sciogliete il burro, aggiungete la farina mescolando con una frusta e insaporite con sale e noce moscata.
Portate a ebollizione il latte, versatevi il roux e, continuando a mescolare, cuocete per 4-5 minuti, finché la besciamella non risulterà lucida e densa.
PER LA TORTA
Lessate i rigatoni (scolandoli 1 minuto prima delle indicazioni riportate sulla confezione) e facendo attenzione a non romperli.
Mescolate il ragù con le uova; tenetene da parte 7-8 cucchiai e con il resto condite i rigatoni.
Disponete i rigatoni in piedi in uno stampo a cerniera (ø 24 cm) imburrato sul fondo e i bordi. Distribuite sui rigatoni il ragù tenuto da parte, quindi la besciamella, qualche fiocchetto di burro morbido e un paio di cucchiai di parmigiano grattugiato.
Infornate a 190 °C in modalità ventilata per circa 20 minuti, finché la superficie non avrà una bella crosticina dorata.

Vassoio della torta di rigatoni e piatto bianco delle penne **Tognana**, coltello e bicchiere basso **Yoox**, runner di tessuto **Dedar**, fondo di tessuto e tovagliolo delle penne **Designers Guild**.

!

Se volete completare la torta con una copertura filante, scegliete una scamorza bianca fresca e grattugiatela a filetti sui maccheroni, infornandoli ancora per alcuni istanti sotto il grill.

Piatto bianco **Tognana**, piatto piano verde **Tine K Home**, bicchiere, calice e posate **Yoox**, tessuto decorato **Silva Tessuti**.

Vellutata di spinaci

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

650 g patate
300 g latte di mandorla non zuccherato
250 g spinaci novelli
200 g salsiccia piccante al peperoncino e finocchio
80 g cipollotti
40 g mandorle con la buccia
olio extravergine – sale

Tritate i cipollotti e soffriggeteli in una casseruola con 1 cucchiaio di olio; aggiungete le patate sbucciate tagliate a fettine sottili, 300 g di acqua e il latte di mandorla; cuocete per 15 minuti. Aggiungete gli spinaci, salate, cuocete per altri 5 minuti, infine frullate tutto in crema.
Sgranate la salsiccia e abbrustolitela.
Tagliate le mandorle a fettine e tostatele.
Servite la crema con la salsiccia e le mandorle. Guarnite a piacere con foglioline di spinaci novelli, un filo di olio e una macinata di pepe nero.

Ravioli al radicchio con crema di castagne

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 30 minuti più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

PER LA PASTA
250 g farina
125 g tuorli – sale
PER IL RIPIENO
250 g radicchio rosso
250 g ricotta
40 g formaggio Tête de Moine Dop (in alternativa caciocavallo stagionato)
1 scalogno – sale – pepe
olio extravergine di oliva
PER COMPLETARE
200 g castagne fresche
100 g guanciale affettato
salvia – sale

PER LA PASTA
Battete i tuorli con 20 g di acqua.
Disponete la farina sul piano di lavoro formando una fontana e versate al centro i tuorli sbattuti e una presa di sale. Cominciate ad amalgamare tuorli e farina con la forchetta, quindi impastate a mano, raccogliete l'impasto a palla, avvolgetelo nella pellicola e ponetelo a riposare in frigo per 1 ora.
PER IL RIPIENO
Mondate il radicchio e tagliatelo a fettine. Appassitelo in una padella con un velo di olio e lo scalogno tritato per 3 minuti, mescolando sempre, quindi mescolatelo con la ricotta, il formaggio tritato grossolanamente, sale e pepe.
PER COMPLETARE
Stendete la pasta in lunghe sfoglie di 1-2 mm di spessore. Farcitene metà con noci di ripieno, copritele con altre sfoglie di pasta, facendole aderire bene intorno al ripieno; ritagliatevi una sessantina di ravioli quadrati.
Lessate le castagne e sbucciatele; frullatene in crema 100 g con 80 g di acqua bollente e un po' di sale.
Rosolate il guanciale in un'ampia padella antiaderente con qualche foglia di salvia finché non diventerà croccante.
Insaporite 30 g di castagne lessate nella stessa padella del guanciale.
Lessate i ravioli in abbondante acqua bollente salata; una volta venuti a galla, scolateli e uniteli nella padella delle castagne con un paio di cucchiai della loro acqua di cottura; lasciateli insaporire a fiamma spenta.
Disponeteli nei piatti con la crema di castagne, il guanciale e la salvia e serviteli subito.

! Per la crema, potete sostituire le castagne fresche con quelle già lessate sottovuoto o surgelate, più pratiche e ugualmente valide per questo tipo di preparazione.

pesci

!

Quando farcite i calamari, non esagerate con la dose di ripieno, altrimenti rischiate di non riuscire a chiuderli e di rompere il sacco che, tra l'altro, in cottura tende a restringersi.

Calamari ripieni di ricotta e catalogna

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,2 kg 8 calamari
500 g ricotta
300 g catalogna
30 g pangrattato
4 filetti di acciuga sott'olio
aglio – maggiorana
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Lavate la catalogna, eliminate la parte più dura del gambo e tagliatela a pezzi. Sciogliete le acciughe in una padella con un filo di olio e 1 spicchio di aglio. Aggiungete la catalogna e cuocete per circa 3 minuti.
Pulite i calamari, separando i sacchi dalla testa con i tentacoli. Rimuovete becco e occhi; eliminate dai sacchi l'osso interno e i visceri, facendo attenzione a non rompere l'eventuale sacca contenente il nero. Staccate i tentacoli e teneteli da parte.
Mescolate in una ciotola la catalogna, la ricotta, 3-4 rametti di maggiorana tritata, il pangrattato e un pizzico di sale e di pepe. Introducete il ripieno in una tasca da pasticciere e imbottite i calamari. Chiudete l'imboccatura con uno stecchino.
Cuocete i calamari e i tentacoli per 5 minuti in una padella ben calda con un filo di olio. Regolate di sale.
Serviteli con verdure a piacere.

Cernia alla giapponese e spiedini di cavolfiore

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 8 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

550 g 4 filetti di cernia
90 g miso
70 g aceto di riso
60 g cimette di cavolfiore viola
60 g cimette di cavolfiore bianco
60 g cimette di cavolfiore verde
30 g mirin
10 g salsa di soia
olio extravergine di oliva
lime – sale

Mescolate con una frusta il miso, l'aceto di riso, la salsa di soia e il mirin fino a ottenere un composto omogeneo.
Dividete i filetti di cernia in tranci, poneteli in un'ampia ciotola e cospargeteli con il condimento su tutta la superficie. Coprite con la pellicola e ponete a marinare in frigorifero per 8 ore.
Infilzate le cimette di cavolfiore in 8 stecchi, alternando i colori. Posateli in una teglia foderata con carta da forno, conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale e cuoceteli nel forno ventilato a 180 °C per 10-15 minuti, coperti con un foglio di alluminio per mantenere vivo il colore, poi eliminatelo e proseguite sotto il grill per 2 minuti.
Arrostite i tranci di cernia in una padella a fuoco alto, per 3 minuti per lato.
Serviteli con gli spiedini, completando con scorze di lime e, a piacere, pepe.
Da sapere Il miso è una pasta di soia e cereali fermentati, dal sapore sapido e profondo. Il mirin è un condimento a base di riso fermentato. Entrambi si trovano nei negozi di specialità asiatiche.

Vassoio bianco della cernia **Tognana**, ciotolina verde della salsa, tavolino di vimini e piatto dei calamari **Tine K Home**, tessuti **Dedar**, scatola di legno vintage **Snowdrops**.

verdure

Posate **H&M Home**, fondo di tessuto **Dedar**, tessuto verde **Silva Tessuti**, tavolo di legno vintage **Snowdrops**, piatto bianco dell'insalata **Tognana**, bicchieri e fondo di tessuto **Yoox**.

Patate aromatiche di tre colori

Cuoca Joëlle Nèderlants
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

320 g patate viola
300 g patate novelle
260 g patate rosse piccole
40 g nocciole – sale
rosmarino – aglio – timo
olio extravergine di oliva

Tritate 1 spicchio di aglio con le foglioline di 2 rametti di rosmarino e 4-5 rametti di timo.
Lavate le patate, asciugatele e incidetele con tagli verticali distanti 2-3 mm l'uno dall'altro fermandovi a 5 mm dal fondo.
Rivestite una teglia con carta da forno, disponetevi le patate, conditele con sale e olio, cospargetele con il trito aromatico e le nocciole sminuzzate.
Infornate a 200 °C per 25 minuti circa. Servitele calde, come contorno per pesci al forno e carni alla griglia ma anche come snack all'aperitivo.

Insalata di carote al coriandolo fresco

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

100 g carote arancioni
100 g carote gialle
80 g sedano rapa
20 g gherigli di noce
1 piccolo cespo di scarola
uva nera – aglio
coriandolo fresco – sale
olio extravergine di oliva

Pelate il sedano rapa e tagliatelo a bastoncini molto sottili. Mondate le carote e affettatele a nastri.
Scaldate in una padella 3 cucchiai di olio con 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia; rosolatevi le carote e il sedano rapa per 3-4 minuti.
Salateli, mescolateli con la scarola spezzettata, condite con poco olio e completate con le noci, acini di uva a rondelle e foglioline di coriandolo.

!

Per ricavare dei nastri di verdura, utilizzate il pelapatate: tagliate le carote a metà per il lungo, posatele sul piano, tenetele ferme all'estremità più larga e affettatele.

Gallette di zucca con maionese verde

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PEZZI

800 g zucca
500 g patate
350 g catalogna
70 g pecorino grattugiato
2 tuorli
pangrattato
latte
olio di semi
burro
salvia
sale

Lessate le patate intere con la buccia.
Mondate la zucca, eliminando scorza e semi; tagliatela a fette spesse 2 cm e infornatele a 170 °C per 30-35 minuti.
Sbucciate le patate e schiacciatele insieme con la zucca. Incorporate i tuorli, il pecorino grattugiato e salate.
Spolverizzate il piano di lavoro con pangrattato e formate delle gallette di circa 50 g. Ne otterrete una dozzina.
Mondate la catalogna e tenete solo 50 g di punte delle foglie.
Sbollentatela per 2 minuti in acqua salata, quindi frullatela con 40 g di latte, un pizzico di sale e 150 g di olio di semi, ottenendo una maionese.
Fondete 80 g di burro in una padella e insaporitelo con qualche foglia di salvia. Rosolatevi le gallette di zucca per circa 3 minuti per lato.
Servitele con la maionese di catalogna e, a piacere, fiocchi di sale e foglioline di timo limone.

Piatto e ciotolina delle crocchette **Tine K Home**, fondo di tessuto **Silva Tessuti**, vassoio della coppa **Tognana**, tovagliolo **Made in Design**, tessuto **Dedar**, tavolino di vimini **Tine K Home**.

Coppa di maiale al forno con mele, albicocche secche e anacardi

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 2 ore e 20 minuti

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

1,6 kg coppa di maiale fresca
60 g albicocche disidratate
2 mele Golden
1 cipolla – rosmarino
limone – anacardi
paprica – sale – pepe
olio extravergine di oliva

Condite la carne con abbondante paprica, una presa di sale, una macinata di pepe e un paio di cucchiai di olio; massaggiatela per fare penetrare gli aromi.
Tagliate una cipolla a fette spesse 1 cm e con esse coprite il fondo di una pirofila; aggiungete qualche rametto di rosmarino e adagiatevi la coppa.
Avvolgete la pirofila con un foglio di alluminio e infornatela a 170 °C per 1 ora e 50 minuti; alzate quindi a 220 °C, eliminate l'alluminio e cuocete la carne ancora per 5 minuti.
Tagliate le mele in 12 spicchi tenendo la buccia; conditele con il succo di ½ limone e un pizzico di sale, rosolatele in padella con una noce di burro per 5 minuti; spegnete e unite le albicocche, spezzettate, e 25 g di anacardi.
Sfornate la coppa, mescolate le cipolle con mele, albicocche e anacardi e insaporite tutto insieme in padella per un paio di minuti.
Servite la coppa accompagnandola con il contorno di mele.

Filetto alla Wellington

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 40 minuti più 1 ora e 30 minuti di riposo

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- **1,1 kg 2 filetti di maiale**
- **500 g funghi champignon**
- **230 g 1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare**
- **100 g prosciutto crudo affettato**
- **1 tuorlo**
- **senape**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Mondate i funghi, eliminando la parte inferiore del gambo. Sciacquateli velocemente e tritateli fino a ottenere un composto grossolano.
Rimuovete con un coltello il tessuto connettivo dei filetti di maiale. Salateli e arrostiteli in padella con un filo di olio per 10-12 minuti, girandoli su tutti i lati. Mettete da parte il filetto e, nella stessa padella, cuocete i funghi per 15 minuti, finché non perderanno tutta l'acqua.
Stendete la pellicola da cucina sul piano di lavoro e create su di essa un primo strato con le fette di prosciutto crudo. Spalmate la crema di funghi sul prosciutto.
Spennellate i filetti di maiale con 1 cucchiaio di senape e poneteli sulla pellicola, ben accostati. Arrotolate il prosciutto intorno ai filetti, aiutandovi con la pellicola, fino a «impacchettarli». Fate riposare in frigo per 30 minuti.
Stendete il rotolo di pasta sfoglia e appoggiatevi i filetti, liberati delicatamente dalla pellicola. Avvolgete la sfoglia intorno ai filetti, ricoprendoli completamente; eliminate eventuale sfoglia in eccesso e sigillate i lati. Fate riposare in frigo per 1 ora.
Spennellate la sfoglia con 1 tuorlo e praticate delle leggere incisioni, creando una griglia. Cuocete a 200 °C nel forno statico per 30 minuti circa.
Servite con un contorno a piacere, per esempio carote, radicchio e qualche chicco di uva bianca.

Cosce di pollo imbottite con salsa esotica al latte di cocco

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER IL POLLO
- **1 kg 4 cosce di pollo**
- **180 g castagne lessate**
- **160 g pasta di salame**
- **rosmarino – timo – sale**
- **olio extravergine – pepe**

PER IL CURRY
- **400 g latte di cocco**
- **10 g prezzemolo**
- **4-5 g zenzero fresco**
- **1 peperoncino verde**
- **1 lime – coriandolo fresco**
- **coriandolo secco**
- **cumino – sale**
- **olio extravergine di oliva**

PER IL POLLO
Disossate le cosce: con un coltello affilato incidete la polpa tutto intorno all'osso fino a liberarlo completamente.
Rivoltate la polpa come un guanto, impugnate l'osso, incidete il resto del tessuto connettivo e poi staccatelo dalla coscia. Ne rimarrà solo un pezzo, all'esterno.
Tritate grossolanamente le castagne con le foglioline di un rametto di rosmarino e di due rametti di timo. Mescolate tutto con la pasta di salame e 1 cucchiaio di olio fino a ottenere un composto compatto.
Insaporite l'interno delle cosce di pollo con sale e pepe, farcitele con il ripieno; ricomponetele e legatele ben strette con alcuni giri di spago da cucina.
Ponete le cosce su una teglia foderata con carta da forno; conditele con sale, pepe e un filo di olio. Cuocetele nel forno statico a 190 °C per 50 minuti circa.
PER IL CURRY
Dividete il peperoncino a metà ed eliminate il picciolo e i semi; tritatelo grossolanamente con il prezzemolo e lo zenzero. Frullate tutto con 20 g di latte di cocco, la scorza di ½ lime grattugiata, il succo di 1 lime, 1 cucchiaino di coriandolo secco, ½ cucchiaino di cumino, 2-3 ciuffi di coriandolo fresco e un filo di olio.
Fate sobbollire il latte di cocco rimasto per 2-3 minuti. Lasciatelo raffreddare e poi mescolatelo con il frullato; salate, se serve.
Servite le cosce di pollo con il curry decorando a piacere.

dolci

Fondo di tessuto della crostata **Silva Tessuti**, bicchieri della spuma e posate **Yoox**, piattino bianco e tovagliolo **Made in Design**.

Crostata frangipane

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Per esperti
Tempo 2 ore
Vegetariana senza glutine e senza lattosio

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA CROSTATA
50 g burro chiarificato
50 g farina di castagne
50 g farina di riso
30 g zucchero a velo senza glutine
30 g farina di mandorle
25 g amido di mais
1 uovo
limone – sale
PER LA CREMA FRANGIPANE
125 g latte di mandorla
70 g farina di mandorle
65 g zucchero a velo senza glutine
50 g burro di soia
25 g amido di mais
20 g farina di riso
10 g zucchero semolato
1 baccello di vaniglia
1 uovo – 1 tuorlo – sale
PER LA GUARNIZIONE
450 g zucchero
2 pere Williams – limone
vaniglia – anice stellato
zucchero di canna

PER LA GUARNIZIONE
Sbucciate le pere e tagliatele in 8 spicchi privandoli del torsolo. Fate bollire per 2 minuti lo zucchero con 1 litro di acqua, il succo di 1 limone, 1 baccello di vaniglia e 2 pezzi di anice stellato. Togliete lo sciroppo dal fuoco, immergetevi le pere e lasciatele ammorbidire per 1 ora.
PER LA CROSTATA
Amalgamate il burro chiarificato, lo zucchero a velo e la farina di mandorle. Aggiungete quindi l'uovo sbattuto, la farina di castagne, la farina di riso e l'amido di mais, un pizzico di sale, scorza di limone grattugiata; impastate bene e stendete la pasta su un foglio di carta da forno spolverizzata con farina di riso; trasferitela in uno stampo rotondo da crostata (ø 18-20 cm) imburrato con burro chiarificato, rifilatela, bucherellatela, copritela con uno strato di fagioli o ceci secchi e cuocetela in bianco in forno a 160 °C per 25 minuti circa.
PER LA CREMA FRANGIPANE
Mescolate con una frusta il tuorlo, lo zucchero semolato e l'amido di mais. Fate bollire il latte di mandorla con 1 baccello di vaniglia; infine eliminate la vaniglia, unite il composto di tuorlo e riportate sul fuoco lavorando con la frusta finché la crema non sarà soda. Togliete dal fuoco e lasciate intiepidire.
Amalgamate con una frusta lo zucchero a velo, la farina di mandorle e quella di riso con il burro di soia morbido e l'uovo. Incorporatevi poi la crema e un pizzico di sale.
Sfornate la torta, rimuovete i legumi, versatevi la crema e infornate a 160 °C per 20 minuti. Sfornate, aggiungete le fette di pera, un po' di zucchero di canna e infornate di nuovo a 160 °C per 10 minuti. Guarnite poi a piacere.

Spuma di castagne con salsa di ribes

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

360 g confettura di castagne
300 g panna fresca
125 g ribes
30 g zucchero

Cuocete dolcemente i ribes con lo zucchero per 4-5 minuti dal bollore. Se volete, passate al setaccio. Lasciate intiepidire.
Mescolate la confettura di castagne in una ciotola per ammorbidirla.
Montate la panna fermandovi prima che sia troppo densa (o rischierà poi di separarsi).
Amalgamate la confettura con 4 cucchiai di panna e distribuitene metà in 4 bicchieri. Poi, mescolando con una spatola, amalgamate delicatamente il resto della panna con la confettura rimasta; trasferite la spuma ottenuta in una tasca da pasticciere con bocchetta rigata e colmate i bicchieri. Completate con la salsa di ribes.

Plum cake marmorizzato

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER IL PLUM CAKE
210 g farina
160 g burro
140 g zucchero
100 g polpa di zucca
100 g cioccolato gianduia
50 g latte
15 g miele
10 g lievito in polvere per dolci
4 uova – sale
PER LA COPERTURA CROCCANTE
50 g semi di zucca
30 g miele
20 g corn flakes integrali
20 g fiocchi di avena
10 g olio di semi

PER IL PLUM CAKE
Tagliate a cubetti la zucca e cuocetela con il latte per 10-12 minuti a fuoco basso, con il coperchio. Poi frullate tutto e lasciate intiepidire il purè ottenuto.
Raccogliete in una ciotola la farina, il lievito, lo zucchero, il miele e un pizzico di sale. Unite le uova, sbattute, e mescolate con le fruste elettriche. Fondete il burro e, continuando a lavorare con le fruste, incorporatelo all'impasto. Dividetelo in due parti: in una aggiungete 120 g di purè di zucca, nell'altra il cioccolato, fuso; mescolate ciascun impasto finché non acquisterà una consistenza uniforme.
Imburrate uno stampo antiaderente (22x8 cm, h 6 cm); distribuitevi gli impasti con un cucchiaio, alternando i colori a ogni strato; riempite lo stampo non oltre ¾ dell'altezza. Infornate a 160 °C per 1 ora circa. Sfornate e lasciate intiepidire il plum cake prima di sformarlo.
PER LA COPERTURA CROCCANTE
Mescolate gli ingredienti e stendeteli in una placca rivestita di carta da forno. Infornate a 160 °C per 10 minuti. Sfornate il croccante, dividetelo in schegge e ponetele sopra il plum cake, spennellato con un po' di miele, a mo' di colla.
Da sapere Avvolto in un foglio di alluminio questo dolce si conserva a temperatura ambiente per una settimana.

Torta fondente al mascarpone

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

PER LA TORTA
250 g mascarpone
200 g cioccolato fondente al 65-70%
70 g zucchero a velo
40 g farina
4 uova
sale – burro
PER LA GUARNIZIONE
100 g cioccolato fondente
50 g burro

PER LA TORTA
Fondete il cioccolato (a bagnomaria o nel forno a microonde) e lasciatelo intiepidire; lavorate il mascarpone con la frusta per renderlo cremoso, poi aggiungete il cioccolato, quindi lo zucchero a velo, un pizzico di sale e le uova, amalgamandone completamente uno alla volta; alla fine incorporate la farina. Trasferite il composto in uno stampo imburrato (ø 20 cm) e cuocete nel forno ventilato a 160 °C per 25 minuti circa.
PER LA GUARNIZIONE
Fondete a bagnomaria o nel microonde il burro con il cioccolato; mescolate il composto, aspettate che si rapprenda e distribuitelo sulla torta. Completate a piacere con fichi e mandorle.
Da sapere La bontà di questo dolce sta nel cioccolato: sceglietelo di alta qualità.

Piatto bianco della torta e vassoio del plum cake **Tognana**, coltello **Yoox**, fondo di tessuto **Designers Guild**.

!

La caratteristica di questo dolce è la consistenza, molto morbida, quasi cremosa: per ottenerla va usata la funzione ventilata, in modo che cuocia senza permanere troppo a lungo nel forno. Prima di consumarlo, è meglio farlo rassodare per una notte in frigorifero, dentro lo stampo.

carta degli abbinamenti

a cura di **VALENTINA VERCELLI**

13 vini e 3 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario

Focaccia farcita pag. 48

Un **Brut** di carattere, come quelli di **Franciacorta**, si accorda bene con la focaccia e la cremosità dello squacquerone. Tra le giovani promesse della zona c'è **Corte Fusia**, piccola azienda di Coccaglio. *25 euro. cortefusia.com*

Torta di rigatoni pag. 52 **Vellutata** pag. 55

Con un primo goloso ci vuole un rosso di pari caratteristiche. La **Meranese Graf Schickenburg 2018** di **Cantina Merano** è una schiava versatile, che sta bene anche con la vellutata. *12 euro. kellereimeran.it*

Insalata di carote pag. 59 **Gallette di zucca** pag. 60

I profumi agrumati di una birra bianca sono ideali per le verdure. La **9 Luppoli Belgian Blanche** del **Birrificio Angelo Poretti** è morbida e speziata. *4 euro (confezione da 3 bottiglie da 33 cl). birrificioangeloporetti.it*

Crostata frangipane pag. 65

Un passito con aromi che ricordano la frutta caramellata, i fiori e le erbe selvatiche è la «ciliegina» su questa torta irresistibile. Provate con il **Moscatello Selvatico 2017** di **Castello Monaci**. *15 euro. gruppoitalianovini.com*

Insalata di gamberoni pag. 50

L'aromaticità del **Sauvignon** supporta il sapore deciso di pompelmo e finocchi, senza prevaricare la delicatezza dei gamberoni. Il **2018** di **Torre Rosazza** ci piace per freschezza ed equilibrio. *13 euro. torrerosazza.com*

Ravioli al radicchio pag. 55

Un bianco di buona struttura, come uno **Chardonnay** dell'**Alto Adige**, per questi ravioli autunnali. Il **Sanct Valentin 2017** della **Cantina San Michele Appiano** ha profumi di frutta matura. *26 euro. stmichael.it*

Coppa di maiale pag. 61

Rosso, corposo e morbido: così deve essere il vino sugli arrosti di maiale. **La Historia 2015** di **Conte Guicciardini**, un **Merlot** toscano, profuma di prugna ed erbe balsamiche. *25 euro. guicciardini1199.it*

Spuma di castagne pag. 65

È un inno all'autunno l'abbinamento tra la spuma di castagne e un rosso dolce e mosso come il **Sangue di Giuda** dell'Oltrepò. Il **Fior del Vento 2108** di **Picchioni** è un ottimo esempio della tipologia. *9,50 euro. picchioniandrea.it*

Risotto al cedro candito pag. 51

Per questa ricetta serve un vino sapido ed elegante, come l'**Etna Bianco**. Tra i migliori, il **2018** di **Pietradolce** è un raffinato carricante con tutta l'energia dei vini vulcanici. *16,50 euro. pietradolce.it*

Calamari ripieni pag. 57 **Patate aromatiche** pag. 59

Bianco e delicato, il **Nosiola** del **Trentino** valorizza i piatti di pesce e i contorni. Ci è piaciuto il **Conzal 2018** di **Cavit**, per i suoi profumi leggiadri di fiori, albicocche e nocciole. *12 euro. cavit.it*

Filetto alla Wellington pag. 63

Per questo «classico della domenica» scegliete un rosso elegante, che unisca potenza e freschezza. È perfetto l'**Hebo 2017** di **Petra**, prodotto in Maremma con cabernet, merlot e sangiovese. *15 euro. petrawine.it*

Plum cake pag. 66

La merenda perfetta: chiacchiere tra amici, una fetta di plum cake e la delicata effervescenza di un **Valdobbiadene Superiore di Cartizze Dry**. Quello di **Ruggeri** è delicato e armonioso. *17 euro. ruggeri.it*

Penne con zucca e gorgonzola pag. 52

Un bianco di carattere, intenso e aromatico, si accorda al sapore dolce-piccante del piatto. Provate la **Malvasia Sorriso di Cielo 2018** prodotta sui Colli Piacentini da **La Tosa**. *14,50 euro. latosa.it*

Cernia alla giapponese pag. 57

Il gusto intenso di una golden ale si accorda alla saporita marinatura della cernia. La **Botanica** del **Birrificio Artigianale Follina** è fresca, con profumi di frutta e spezie. *10 euro. birrafollina.it*

Pollo al latte di cocco pag. 63

Comanda il sapore del ripieno e del cocco. Un abbinamento originale? Con una birra ambrata alle castagne. Ottima la **Strada San Felice** del birrificio piemontese **Grado Plato**. *9,50 euro. gradoplato.it*

Torta fondente pag. 66

Uno dei pochi vini italiani capaci di accordarsi con il cioccolato fondente è il rosso passito **Moscato di Scanzo**. **Biava** produce senz'altro il migliore della denominazione. *60 euro. aziendabiava.it*

IL VALORE DEGLI SCARTI

CHE FINE FANNO GLI OLI ALIMENTARI USATI E I RIFIUTI SOLIDI URBANI? ENI LI TRASFORMA IN BIOCARBURANTI DI ALTA QUALITÀ. PER UNA ECONOMIA CIRCOLARE DOVE NIENTE FINISCE, MA TUTTO SI TRASFORMA E RECUPERA UNA VITA NUOVA

La sostenibilità inizia in cucina quando invece di disperdere i rifiuti, come oli vegetali usati o di frittura, li smaltiamo correttamente facendoli diventare una risorsa preziosa ed evitando un potenziale pericolo per la salute umana, animale e ambientale.
Come fa Eni, che oggi recupera circa il 50% degli oli alimentari usati disponibili in Italia per produrre biodiesel a supporto della mobilità sostenibile. Ma c'è di più: il Centro Ricerche Eni per le Energie Rinnovabili e Ambiente di Novara ha messo a punto la tecnologia Waste to Fuel, che trasforma la frazione organica dei rifiuti urbani in un bio olio per carburanti di nuova generazione.
Il circolo virtuoso intrapreso da Eni con l'impianto pilota di Gela continua con l'obiettivo di realizzare altri poli industriali nei siti italiani della società, come a Porto Marghera (Venezia), dove si trova il primo esempio al mondo di raffineria convertita in bioraffineria per la creazione di biocarburanti di alta qualità da oli vegetali usati e di frittura. Eni ha scelto di iniziare a usare meglio l'energia, per usarne meno. E tra una ricetta e l'altra possiamo farlo anche noi: basta raccogliere gli oli di cucina e consegnarli alle riciclerie.

NEI DETTAGLI È LA QUALITÀ

Racconta la moda dagli anni Settanta e oggi, nella sua bella casa milanese, la giornalista Donata Sartorio parla di lavoro e di vita. Ma soprattutto di cucina, di una scelta radicale e di come ha cambiato rotta (con un po' di nostalgia)

di PAOLO LAVEZZARI, foto GIACOMO BRETZEL

Donata Sartorio, sul terrazzo di casa che affaccia su un giardino segreto nel cuore di Milano. Sopra, la libreria a tutta parete è lo scenografico sfondo del salone.

È un mix di verdure che non si trovano proprio sempre: topinambur, batata rossa, il sedano di Verona che è quasi sparito. Una volta le saltavo tutte insieme, ma veniva un "pastrugno", da vedere. Ora le metto in fila per colore: l'estetica va salvata a tutti i costi», dice Donata Sartorio, mentre dà gli ultimi tocchi a uno dei due piatti che ha creato per noi.

Poi, allarghi l'inquadratura sulle stanze della sua casa e capisci che quei **colori** non parlano solo con la tavola: alzi gli occhi ed ecco il concerto completarsi con altre tinte, quelle dei dorsi e delle copertine dei libri (i più diversi, tutti letti e riletti tanto sono sgualciti), abitanti della spettacolare libreria a tutta parete, quelle dei quadri, delle stoffe e degli arredi del vasto salone. È un pensiero unico che parla di attenzione alla qualità del dettaglio, un'attitudine coltivata da sempre.

«Ho cominciato a lavorare nel giornalismo di moda all'inizio degli anni Settanta; eravamo in cinque, con le colleghe Anna Riva, Rachele Enriquez, Pucci Gabrielli e Anna Piaggi. Stava cominciando tutto e noi eravamo le prime a raccontarlo.

Vellutata di zucca

«In 1 litro di brodo vegetale unisco 1 cucchiaio di estratto di lievito (io uso il Vitam R), 400 g di polpa di zucca a pezzi, 2 cucchiai di riso semintegrale, un pezzetto di porro o di cipolla e un pizzico di curcuma. Porto a bollore, poi lascio cuocere a fuoco lento per 30 minuti, mescolando di tanto in tanto. Passato questo tempo, frullo tutto con un mixer a immersione e rimetto sul fuoco. Mentre la zuppa torna a bollire, regolo il sale e faccio cuocere a fuoco lento per altri 10 minuti. Alla fine, prima di portarla in tavola, cospargo la vellutata con semi misti come sesamo, papavero e girasole. Le dosi sono per 4 persone».

Foto o articolo che fosse, doveva essere il massimo della qualità, una faticaccia, ma molto divertente». E per lei, oggi che la moda è cambiata molto, deve essere ancora così, divertente anche se «non c'è più qualità nel concepire e nel fare uscire le immagini; il loro tempo non esiste più, durano qualche minuto. Tutto valeva di più, adesso vale tutto poco».

Ecco allora che la tovaglia è inutile perché è una colazione informale fra amici, mentre «la **porcellana** Wedgwood classica bianca va bene, perché il cibo è sui gialli e sui rossi. Scelgo i piatti da mettere in tavola sempre secondo quello che si prepara: per esempio, uso il →

Farandola di verdure d'autunno

«Taglio a fettine tutte uguali 6 topinambur, 1 sedano rapa, 2 patate americane rosse, ½ zucca gialla e 2 panetti di seitan alla piastra. Preparo un soffritto nel wok con del porro, qualche pezzetto di zenzero fresco, prezzemolo, rosmarino, un velo di olio extravergine di oliva e un po' di aceto di prugne; poi, in questo soffritto, cuocio separatamente le verdure e il seitan. Via via che sono pronte le dispongo, senza mescolarle, in un grande piatto di portata. Le dosi sono per 6 persone».

servizio sul verde quando ci sono del prezzemolo, del pesto, altrimenti stona». Che per la padrona di casa l'estetica abbia anche **risvolti pratici** è chiaro subito perché il Wedgwood è bello però «ha piatti grandi che non vanno in lavastoviglie».

Mentre ha scritto e raccontato la moda, italiana e no, con articoli e interviste (*Annabella*, *Donna*, *Moda*, *Elle*) diretto riviste (*Lei*, *Per Lui*), curato set fotografici, firmato libri (finora quattro, tutti sold out), con la cucina ha sviluppato un rapporto probabilmente unico, sicuramente speciale: «In famiglia non c'era una tradizione culinaria; fino a trent'anni ho sempre mangiato normale, bevevo, fumavo tre pacchetti al giorno. Con le sigarette smisi un giorno che la mamma mi disse: "Se non fumi nel weekend, ti faccio un regalo". E fu un bel golfone blu. Allora ho pensato: vado avanti, visto che le fa tanto piacere. Dopo un mese è mancata e io non ho più fumato: lei mi aveva fatto un regalo e io la contraccambiavo. Poi nei primi Novanta conobbi un riflessologo plantare che mi spiegò, e mi convinse, che l'**energia** che non usi per digerire cose complicate – per esempio il maiale, che è l'essere più simile all'uomo e quindi è come mangiare un umano – è tutta energia che può servire per altro. E così sono diventata vegana stretta. Ai tempi era difficilissimo, non come oggi che trovi i ristoranti vegani, gli alimentari specializzati e la gente sa cos'è il veganesimo». Ancora più **complicato** per una giornalista sempre in giro. «Dicevo che una cosa mi faceva allergia, l'altra qualcos'altro. Alle cene di lavoro pregavo il maître di portarmi il contorno senza la carne. Alla fine mi conoscevano. A casa non entravano più burro, Coca-Cola, niente di origine animale».

E con gli ospiti come si faceva? «Ho fatto mangiare vegano tutti i miei amici che sono venuti a cena in questi anni; erano felici perché è una cucina leggera, divertente; sono piatti mai banali e comunque preparati in modi inconsueti.

Non c'era più neanche vino, sì a Natale, cin cin e basta. Ma per gli ospiti sempre; ne trovo di ottimo qui sotto casa da Anima Veg». Sgarri, mai? «Forse un pesciolino, qualche volta».

Ma insomma, è una dieta piuttosto discussa, come si sentiva? «A me sembrava di stare bene e in effetti era così. Non prendevo neanche integratori, giusto del tarassaco per il fegato. Quello che consumavo tantissimo, e ho capito dopo che era un segnale di bisogno, era il seitan, fatto con la parte proteica del grano; quindi ne mangiavo perché mi mancava proprio quella sostanza». Dopo venticinque anni di **fedeltà**, l'abbandono del veganesimo è avvenuto da pochi mesi. «Mi parlano di una nutrizionista indiana specialista di medicina ayurvedica cellulare. La vedo e le dico che sono vegana. E lei: "Signora, ha vissuto metà della sua vita". Come metà della mia vita? "Sì, perché le proteine animali che non ha più mangiato l'avrebbero fatta vivere con maggiore energia e in modo più completo; lei ha perso tempo e deve assolutamente assumere delle proteine animali, perché quelle vegetali sono 'stanchissime' e non sono abbastanza nutrienti". Per cui ora mangio almeno le uova, la bresaola che mi piace improvvisamente ma non avevo più assaggiato; ho ripreso bene il pesce e un po' di formaggio di capra, una scheggia di grana. E continuo con le verdure. Mi sembra alla fine di fare un **misto** interessante. E al ristorante giapponese posso guardare di nuovo tutto il menu, non solo i rolls con l'avocado». Rimorsi? «Più che altro un po' di nostalgia perché ci ho creduto intensamente, e una grande lezione che vale anche quando mi chiedono consigli sulla moda e io insisto a dire: scegliete solo quello che vi sta bene, non subite quello che vi impongono. A tavola è lo stesso». ■

«Ho fatto mangiare vegano tutti i miei amici che sono venuti a cena in questi anni; erano felici, è una cucina leggera, divertente»

La credenza anni Trenta dove sono riposti i servizi per la tavola; sulla parete, un ritratto della mamma di Donata Sartorio. Sotto, in tavola, il pane è di Davide Longoni; l'ingresso di casa con il tappeto disegnato dalla interior decorator Barbara Frua.

UN'OTTIMA ANNATA

Un giorno di vendemmia in Trentino, per raccogliere le uve destinate a una delle più grandi cantine della zona: grappoli di chardonnay che diventeranno preziose bollicine

di VALENTINA VERCELLI, foto MONICA VINELLA

L'appuntamento è alle sei in località Maso Rosabel, all'imbocco della Val di Cembra. «Ci troviamo sotto il *bagolar*, così beviamo un caffè, mentre ti spiego come si svolgerà la giornata», mi dice al telefono Michele Bonetti, agronomo della cantina Rotari, specializzata nella produzione dello spumante **Trento Doc**, uno dei vanti della viticoltura italiana.

Sono elettrizzata all'idea di trascorrere un giorno in vigna per la vendemmia dello chardonnay, l'uva destinata a trasformarsi in spumante Metodo Classico, il mio vino preferito.

Concludo la chiacchierata e googlo *bagolar*, per scoprire che si tratta del *Celtis australis*, un grande albero della famiglia degli olmi. Il giorno stabilito non ho difficoltà a trovare il luogo dell'appuntamento e, anche se la sveglia ha suonato ben prima del solito, mi sento piena di energia. Ci sediamo all'ombra della pianta centenaria a un tavolo apparecchiato con caffè e dolci, e faccio la conoscenza dei miei «datori di lavoro», la famiglia Villotti, storica conferitrice di Rotari e Mezzacorona. I coniugi Eugenia e Renzo, il figlio Cristian e perfino nonna Serafina sono già indaffarati a preparare l'attrezzatura. Siamo al via di una vendemmia che durerà circa **tre settimane** e che rappresenta il coronamento di un anno di lavoro in campagna.

«Lo chardonnay e il pinot nero per la produzione del Metodo Classico sono le uve che si raccolgono per prime, tra la fine di agosto e l'inizio di settembre; non devono essere perfettamente mature perché per fare vini spumanti è importante che abbiano una **buona acidità**», spiega Michele Bonetti, mentre mi aiuta ad allacciare il grembiule che i contadini trentini indossano quando lavorano nei campi («non l'ho mai fatto neppure per mia moglie!»). «Per capire quando è il momento giusto per dare l'avvio alla vendemmia, noi tecnici raccogliamo dei grappoli in ogni vigneto, li portiamo in cantina, li spremiamo e analizziamo il succo per ricavare due valori molto importanti, la gradazione zuccherina e l'acidità totale. Quando i parametri sono soddisfacenti, lo comunichiamo ai nostri soci. Spetterà a loro valutare le indicazioni che abbiamo fornito e scegliere il giorno per dare il via alla vendemmia».

Bisogna fare anche i conti con il tempo. «Siamo fortunati, oggi è nuvoloso ma rimarrà stabile», mi dice Eugenia. «Se piovesse, non potremmo lavorare, non si raccoglie mai l'uva quando è bagnata». Scopro così che per tutto il periodo della vendemmia il **meteo** diventa l'ossessione di ogni viticoltore. Le previsioni da queste parti hanno più seguito della serie *Il trono di spade*.

Dopo il taglio del tralcio, il grappolo si adagerà nell'*orel*, un apposito vassoio a imbuto.

Al lavoro, tutti insieme

La vendemmia si svolge completamente a mano e tutti in famiglia sono chiamati a collaborare; da quest'anno si è aggiunta anche Sabrina, la sorella minore di Cristian, fresca del diploma in ragioneria. La mia attrezzatura comprende un paio di cesoie, un secchio e l'*orel*, una specie di catino con un'impugnatura, che assomiglia a un grosso imbuto. «È uno strumento che si usa solo quando si raccolgono le uve degli impianti **a pergola**, caratteristici di alcune regioni d'Italia, come il Trentino e l'Alto Adige», specifica Michele, →

A destra, controllo gli acini sotto l'occhio vigile dell'agronomo Michele Bonetti. A sinistra, un paesaggio con i vigneti a pergola, tipici del Trentino. Sotto, un momento della vendemmia. In basso, Cristian trasporta un secchio per rovesciarlo nella *bena*.

mentre mi mostra come si usa. «Ti posizioni con l'*orel* sotto l'uva, così, quando tagli il tralcio, il grappolo si adagerà nel vassoio, senza il rischio che si rompano gli acini; controlla sempre il grappolo prima di tagliarlo e se c'è qualche acino rovinato, eliminalo, staccandolo delicatamente». Imparo così che la **delicatezza**, durante la vendemmia, conta tanto quanto la velocità, perché è importante che l'uva arrivi in cantina perfettamente integra.

Una volta che l'*orel* si è riempito, si svuota nei secchi e quando i secchi sono pieni si rovesciano nella *bena*, un piccolo cassone che viene attaccato a un trattore che passa tra i filari. Quando anche la *bena* è piena, si svuota nel *bilico*, il rimorchio che contiene circa 60 quintali di uva e che partirà attaccato a un altro trattore alla volta della cantina sociale per la consegna dei grappoli. «Per fare un *bilico* ci vogliono dieci *bene*», dice Cristian, mentre mi viene il sospetto di avere sottovalutato lo sforzo fisico necessario per essere una vendemmiatrice provetta. Bisogna lavorare in fretta per portare l'uva in cantina il prima possibile, ma non mancano le risate quando Cristian sbaglia mira, lascia cadere un grappolo a terra e viene rimproverato dalla mamma, o quando io cerco di sollevare due secchi colmi di uva rischiando un colpo della strega, mentre tutti li trasportano con disinvoltura (iscriversi in palestra, segnato in agenda). Sono incantata dalla loro abilità, dai gesti precisi, dalla **velocità** con cui tutti riescono a riempire *orel* dopo *orel*, senza fermarsi. Io impiego un'infinità di tempo solo per capire dov'è il punto giusto per tagliare il tralcio, senza contare le volte che mi allontano dai grappoli per evitare le vespe, attratte dalla dolcezza dell'uva. «Non te la prendere», mi incoraggia Renzo, «noi iniziamo a vendemmiare quando siamo ancora bambini, la lentezza si perde con la pratica». Pianta dopo pianta, filare dopo filare, l'uva è raccolta; in circa tre ore siamo (o meglio sono) riusciti a riempire il primo *bilico*. →

PHOTO CREDIT **HIGHLIGHT IN FUTURA DEMI**

In cantina sul trattore

Il carico di uva sta per lasciare la vigna. Siedo sul trattore al posto di guida, tra leve e pedali di cui ignoro la funzione. Cristian, accanto a me, mi impartisce una lezione veloce sull'uso delle marce, dell'acceleratore e della frizione.

È coraggioso e non si scompone quando metto in marcia con uno scossone, tra le risate di tutti, comprese le mie, perché mi sto divertendo come non capitava da tempo. Me la cavo piuttosto bene anche con le curve (difficilissime con il lungo **rimorchio** attaccato), ma appena raggiungiamo la strada, lascio a Cristian il volante. Durante il tragitto incontriamo altri trattori, tutti si salutano, tutti hanno la stessa meta.

Arrivati nel piazzale della cantina, assistiamo a una scena per me incredibile, che si può illustrare efficacemente prendendo in prestito il titolo del libro Premio Strega *Caos calmo* di Sandro Veronesi. Decine di trattori compongono una fila ordinata, diretti a una sorta di pesa. «Questo è il primo **controllo** che viene effettuato sull'uva che portiamo in cantina», mi spiega Cristian, mentre un grosso braccio meccanico si tuffa nel nostro rimorchio e ne riemerge poco dopo, grondante di succo. «Su quel braccio è montato un rifrattometro che calcola il grado zuccherino dell'uva: più si avvicina al parametro di riferimento, più sarà pagata; contemporaneamente viene registrato il peso del trattore; all'uscita, dopo avere scaricato l'uva, saremo pesati di nuovo e così si otterrà la tara e, quindi, il preciso peso netto del nostro carico».

Intanto, il nostro trattore sfila verso la zona delle diraspatrici, dove ci attendono due tecnici che fanno una veloce ispezione visiva delle uve, per verificarne lo stato di sanità; hanno già i risultati della misurazione del **grado zuccherino** e con queste informazioni ci indicano in quale zona scaricare i nostri grappoli.

Rovesciamo il carico in una macchina che separa i raspi dagli acini; i primi verranno buttati, gli acini, invece, saranno pigiati delicatamente per estrarre il mosto, cioè il succo, che verrà fatto fermentare in grossi contenitori di acciaio e si trasformerà in vino. Mentre la nostra uva comincia il percorso che la porterà dopo oltre due anni a essere una bottiglia di Trento Doc, ci avviamo verso l'uscita, passiamo di nuovo sopra la pesa e torniamo in vigna per raccogliere il prossimo *bilico*.

La giornata prosegue uguale, ci concediamo giusto una pausa per un pranzo sotto il *bagolar* con **prodotti tipici** del posto: qualche fetta di luganega (il delizioso salame locale), un paio di formaggi di malga, pane fragrante e un bicchiere di spumante, che berremo di nuovo, in quantità più disinvolte, quando anche il secondo carico sarà stato portato in cantina.

Eugenia è molto soddisfatta, l'uva che abbiamo raccolto rispetta in pieno i parametri richiesti e, quindi, anche il compenso sarà buono.

«Che cosa fate la sera dopo avere vendemmiato tutto il giorno, festeggiate il raccolto?», chiedo prima di congedarmi. «Ci addormentiamo sul divano, esausti, alle nove di sera», mi risponde Renzo. La stessa cosa capitata a me, appena varcata la soglia di casa. ■

Sopra, con un rifrattometro portatile controlliamo i valori di zucchero e di acidità dell'uva appena raccolta. A sinistra, mi cimento alla guida del trattore per portare il primo carico in cantina. Sotto, un momento di relax durante la pausa del pranzo.

Piatto della bistecca **Villeroy & Boch**; piattino blu del burro alle erbe, vassoio rettangolare della patata, forchetta della bistecca e cucchiaini **Rinascente**; grattugia **Microplane**.

ricette **JOËLLE NÉDERLANTS**, testi **VALENTINA VERCELLI**
foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

SAPORI NEL BURRO

Con la sua fragranza di panna fresca è perfetto al naturale, ma se lo arricchite con erbe, spezie, frutta saprà esaltarne gli aromi e aggiungere alle pietanze un gusto più pieno e goloso

Alle erbe aromatiche

Ammorbidite 250 g di **burro**, lavorandolo con una frusta. Tritate 6 foglie di **salvia** con 25-30 aghi di **rosmarino**, 1 cucchiaio di foglie di **timo**, 2 cucchiai di foglie di **cerfoglio** e 2 cucchiai di foglie di **dragoncello**. Mescolate al burro la metà del trito, amalgamando anche 1 cucchiaino di **aceto** di vino bianco e un pizzico di **sale**. Avvolgete il burro in un foglio di carta da forno, modellatelo in una forma cilindrica (ø 4 cm) e lasciatelo indurire in frigorifero almeno per 1 ora. Eliminate la carta, passate il rotolo di burro nel trito di erbe avanzato, facendolo aderire bene; tagliatelo a rondelle di circa 2 cm di spessore e distribuitelo subito sulle pietanze.

BUONO CON

È un classico con le bistecche di manzo, ma questo mix di erbe aromatiche è molto indicato anche per rinfrescare la carne di agnello.

Con pinoli, capperi e olive

Snocciolate 70 g di **olive verdi di Cerignola** e tritate la polpa insieme con 20 g di **capperi** dissalati e 20 g di **pinoli**. Mescolate il trito a 200 g di **burro salato** morbido.

BUONO CON

È un condimento saporito che valorizza le pietanze delicate, come le patate al cartoccio, ma anche pesci bianchi bolliti o al forno.

Con acciughe e arancia

Ammorbidite 250 g di **burro**, lavorandolo con una frusta, e amalgamatevi la scorza grattugiata di ½ **arancia** e 1 cucchiaio di succo. Tamponate con carta da cucina 35 g di **acciughe sott'olio**, tagliatele a pezzetti e incorporatele al burro all'arancia. Completate con scorza di arancia grattugiata.

BUONO CON

Cremoso e profumato, questo burro unisce il gusto salato delle acciughe con le noti dolci-acide dell'arancia. Ottimo da spalmare su crostini di pane nero e per accompagnare tranci di salmone e crostacei.

Al caramello

Preparate il caramello sciogliendo a fiamma dolce 100 g di **zucchero** in 25 g di **acqua**, finché non otterrete un liquido di colore bronzeo. Scaldate a parte 75 g di **panna fresca**, quindi unitela al caramello, mescolando bene sul fuoco. Montate con una frusta 200 g di **burro salato** morbido e 75 g di **yogurt greco**. Disponete il composto di burro e yogurt in una ciotola e irroratelo con il caramello alla panna.

BUONO CON

Di consistenza soffice e cremosa, alleggerito dallo yogurt, è ideale per completare fette biscottate e frollini al cioccolato, waffle e pancake.

DIECI ANNI DI UN VINO SENZA TEMPO

UN ROSSO CHE VALORIZZA DUE TERRITORI TOSCANI STRAORDINARI E LE MIGLIORI UVE, VENDEMMIA DOPO VENDEMMIA

Lanciato sul mercato nel 2009, Coevo, rosso iconico dell'azienda Cecchi, celebra l'importante compleanno con una nuova etichetta, che ne enfatizza l'immagine di vino elegante e contemporaneo. «Rappresenta la sintesi del nostro passato, la memoria della nostra tradizione, la testimonianza dei nostri territori; è il riferimento per il presente, ma soprattutto per il futuro», hanno commentato Andrea e Cesare Cecchi, ideatori di questo rosso capace di onorare l'essenza di due importanti zone toscane.

Il Coevo è un blend di quattro uve: sangiovese e cabernet, coltivate nel Chianti Classico, merlot e petit verdot, che provengono dalla Maremma. Con i suoi profumi di mirtillo, amarena e spezie dolci, è corposo e vellutato, ottimo in gioventù, eccellente dopo qualche anno di affinamento. Provatelo con arrosti e grigliate di carne, durante il pranzo della domenica, in famiglia o con gli amici più cari.

www.cecchi.net

COEVO
TOSCANA
INDICAZIONE GEOGRAFICA TIPICA
CECCHI

ricette **GIOVANNI ROTA**
testi ricette **LAURA FORTI**
foto **GIACOMO BRETZEL**
styling **BETTINA CASANOVA**

#LCI GOES TO THE USA

QUANDO COLOMBO CAMBIÒ IL MENU

Il 12 ottobre 1492 le tre caravelle sbarcarono in America (anche *La Cucina Italiana* sta per approdare negli USA): vi raccontiamo che cosa si mangiava a bordo, durante la navigazione

di **MARINA MIGLIAVACCA**

Dice la leggenda che, tornato dal suo primo viaggio nelle «Indie», Colombo fu invitato a un pranzo dal cardinale Mendoza, consigliere di corte e suo sostenitore. Alcuni altri ospiti però presero subito a sminuire la sua recentissima scoperta, dicendo che se avessero avuto gli stessi mezzi anche loro sarebbero arrivati nel Nuovo Mondo. L'ammiraglio per un po' li lasciò dire poi, per mettere fine alle chiacchiere, prese un uovo crudo da un cestino e li sfidò a farlo rimanere dritto in piedi sul tavolo, come in un gioco di società. Nessuno ci riuscì. Allora Colombo prese l'uovo, lo batté sul piano di legno in modo da ammaccarlo un po' nella parte inferiore e lo mise facilmente in piedi. «Be', ma così saremmo stati capaci anche noi!», protestarono subito gli spagnoli. «Peccato che io l'abbia fatto e voi no, visto che era così facile», ribatté lui, pronto. E questo ovviamente valeva anche per l'impresa da lui portata a termine quel mitico →

FOTO AG. GETTY IMAGES

12 ottobre del 1492 che negli USA è il Columbus Day, in Italia è la Giornata Nazionale di Cristoforo Colombo e in Spagna il Día de la Hispanidad.

Il giorno dell'incontro

Ogni Paese coinvolto ha dato alla ricorrenza un nome diverso, ma la definizione forse più azzeccata è quella di Cile e Perù: Día del encuentro de dos mundos, Giornata dell'incontro di due mondi. Perché proprio questo accadde, nel bene e nel male e in tutti i sensi: Colombo, sponsorizzato dalla Spagna, arrivò in quelle che credeva le Indie, pose fine al Medio Evo e diede inizio all'Età Moderna con i suoi viaggi, le sue scoperte, i suoi scambi – e anche le gravissime conseguenze per le popolazioni locali – fino al raggiungimento di quel sincretismo culturale che gli italiani emigrati a San Francisco furono tra i primi a celebrare, a fine Ottocento.

Da Colombo a Little Italy

Sulle sue caravelle l'ammiraglio genovese imbarcò provviste che potevano essere conservate, come le gallette secche, le granaglie, l'aglio, la cipolla, la carne salata, da integrare con del pescato fresco, quando il mare era generoso. Se non si «ballava» troppo sulle onde, un volonteroso cambusiere cucinava direttamente sul ponte, facendo miracoli con gli ingredienti a disposizione. Nella nuova terra che andava a scoprire

«...provarono il peperoncino, ...che bruciò loro la lingua, e le batate che sono radici dolci, e tacchini che sono migliori dei polli e delle galline»

López de Gómara

ANDATA

LO SCAMBIO

Gli europei fanno conoscere oltreoceano riso, mandorle, miele, asparagi, carciofi, cardi, cavoli, lattuga e sedano, oltre a frutti come melagrane, more e pere. Alcuni di questi, come i carciofi o gli asparagi, si sono poi splendidamente ambientati nel Nuovo Mondo. Le caravelle riportano in Europa mais, patate, peperoni e peperoncini, pomodori e zucche, e poi ananas, arachidi, cacao, vaniglia, papaia, fichi d'India...

RITORNO

Colombo avrebbe trovato materie prime così nuove da rivoluzionare completamente la tavola, l'alimentazione, la vita quotidiana: il mais, la patata, il pomodoro, il cacao, il peperoncino, tra i primi «emigrati» a dover superare molte diffidenze per riuscire a integrarsi nella vecchia Europa. La patata, per esempio, fu considerata per secoli un cibo del demonio, prima di assurgere ad alimento-base delle classi contadine europee e diventare la regina della cucina. Quando tra la fine dell'Ottocento e i primi del Novecento un nuovo flusso migratorio partì da Paesi del Vecchio Mondo, tra cui l'Italia, per raggiungere quello Nuovo, nella cucina tricolore le novità dello «scambio colombiano» erano già radicatissime, tanto da considerare, per esempio, la salsa di pomodoro un simbolo del Bel Paese.

Una pacifica conquista

E di nuovo si opererà una piccola rivoluzione, un piccolo miracolo di sincretismo: gli emigrati italiani arrivati con la valigia di cartone a Ellis Island cucineranno in terra americana delle versioni sempre più «localizzate» delle loro ricette regionali originali, adattandosi alle diverse condizioni, alla reperibilità delle materie prime e anche un po' al gusto del Paese che li ospitava e creando dei nuovi mix, come nel caso del Cioppino di San Francisco, zuppa di pesce nella quale le specie autoctone liguri della ricetta italiana venivano sostituite da quel che si rimediava in loco, pesce «americano», magari donato da altri pescatori più fortunati nelle giornate di magra, e cotto con pomodoro e vino bianco. Napoletani, siciliani, veneti e genovesi oltreoceano si ritrovavano a mescolare i sapori, accettando contaminazioni di altre tradizioni culinarie e compiendo un miracolo: una minoranza etnica ed economica avrebbe rapidamente conquistato il palato, la cultura e perfino il vocabolario degli USA. Uno statunitense di oggi può anche non parlare una parola d'italiano, ma che cosa vogliano dire pizza o spaghetti o lasagna lo sa senz'altro. Forse la pronuncia non sarà granché, ma il sorriso è garantito.

GALLETTA PASSE-PARTOUT

Era dura la navigazione alla fine del Quattrocento, ma Colombo aveva fatto imbarcare anche qualche sfizio: uvetta, frutta candita, mandorle, zafferano. Il suo cambusiere cucinava zuppe simili alla *mesciua* ligure, con tutte le granaglie. Se poi il mare era generoso, sulla tavola dei marinai finiva anche del buon pesce. Ma la grande protagonista restava la galletta, da ammollare nel brodo per riempire lo stomaco della ciurma e darle la forza di proseguire tenendo d'occhio l'orizzonte. Terra! Terra!

1492

MINESTRA DELL'AMMIRAGLIO

#LCI GOES TO THE USA

Forchetta **Zara Home**.

SPAGHETTI CON LE POLPETTE

Minestra dell'ammiraglio

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1 litro brodo vegetale**
- **240 g ceci lessati**
- **230 g pesce spada**
- **150 g riso semintegrale**
- **60 g mandorle con la pelle**
- **50 g aceto bianco**
- **40 g uvetta**
- **20 g cedro candito**
- **15 g zucchero**
- **4 gallette**
- **1 bustina di zafferano**
- **½ cipolla**
- **sale – olio extravergine**

Tritate la cipolla e rosolatela in una casseruola con un filo di olio per 2-3 minuti.
Unite il riso e tostatelo per 2 minuti, quindi aggiungete il brodo e lo zafferano. Cuocete per 25 minuti circa, incorporando i ceci negli ultimi 5 minuti.
Portate a ebollizione l'aceto con lo zucchero e cuocetelo per 20 minuti, finché non si riduce a uno sciroppo.
Tagliate a cubetti il cedro candito e mettete a bagno l'uvetta in acqua.
Tagliate a tocchetti il pesce spada e rosolatelo per 1-2 minuti in padella, con olio e sale. Conditelo con il cedro, l'uvetta e lo sciroppo di aceto. Ponetelo sulle gallette e servitele insieme con la zuppa, completando con le mandorle spezzettate.

'900

COME LILLI E IL VAGABONDO

Le polpette sono protagoniste di tutte le cucine. Queste «meatball» però, tuffate nel pomodoro per condire la pasta, sono americane al 100%, anche se nate dagli immigrati italiani che negli USA trasformavano carne non di primissima qualità in deliziose palline, da unire agli immancabili spaghetti: un piatto che Disney con *Lilli e il Vagabondo* ha saputo rendere anche romantico.

Spaghetti con le polpette

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 15 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- **1 kg passata di pomodoro**
- **700 g polpa di vitello tritata**
- **500 g spaghetti**
- **150 g cipolla rossa**
- **80 g mollica di pane**
- **Grana Padano Dop**
- **timo – farina**
- **latte**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Tagliate a pezzetti la mollica di pane e mettetela a bagno nel latte.
Amalgamate la polpa di vitello con 25 g di grana grattugiato, la mollica strizzata, sale, pepe, 1 cucchiaio di olio e qualche fogliolina di timo.
Formate 36 polpettine e infarinatele. Appoggiatele su un vassoio coperto con carta da forno, ungetele con un filo di olio e infornatele a 220 °C per circa 15 minuti.
Tritate la cipolla e rosolatela in una casseruola con un filo di olio per circa 5 minuti.
Aggiungete la passata di pomodoro e cuocete per circa 15 minuti.
Sfornate le polpette, aggiungetele al sugo e cuocete tutto insieme ancora per 20-25 minuti.
Lessate gli spaghetti in acqua bollente salata, scolateli e serviteli con il sugo e le polpette.

'900

BESCIAMELLA? NO, GRAZIE!

La ricetta delle lasagne della mamma di John Chandler di Atlanta è in cima alla classifica del portale americano di cucina *allrecipes.com*. Negli ultimi cinque anni l'hanno letta oltre 12 milioni di persone. È stata la sua ragazza, collaboratrice del blog, a convincerlo a metterla in rete, solo che poi lui ha avuto un successone, lei no e si sono lasciati. John, nemmeno un goccio di sangue italiano nelle vene, si consola con una bella porzione: tanta ricotta e zero besciamella.

LASAGNE RAGÙ E RICOTTA

Lasagne ragù e ricotta

Impegno Facile
Tempo 2 ore e 10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

750 g polpa di maiale e di manzo tritata
650 g ricotta
450 g passata di pomodoro
200 g cipolla
200 g lasagne secche
70 g concentrato di pomodoro
2 spicchi di aglio
rosmarino – timo
prezzemolo
burro
Parmigiano Reggiano Dop
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Tritate la cipolla e gli spicchi di aglio sbucciati e soffriggeteli per 5 minuti in una casseruola con un velo di olio.
Rosolate la carne in un'altra padella con un filo di olio, per 10 minuti; trasferitela poi nella casseruola della cipolla.
Versate nella padella della carne 1 bicchiere di vino, fatelo bollire per 1 minuto e versatelo nella casseruola con la carne, . Aggiungete un mazzetto di rosmarino e timo, sale e pepe e cuocete per 7-8 minuti.
Unite quindi la passata di pomodoro e il concentrato, abbassate la fiamma e cuocete il ragù per 1 ora e 15 minuti.
Lavorate la ricotta con sale, pepe e un ciuffo di prezzemolo tritato.
Lessate le lasagne in acqua bollente salata, scolatele e stendetele su un vassoio coperto con un canovaccio.
Componete la lasagna alternando strati di pasta, ragù e ricotta fino a riempire una pirofila (noi ne abbiamo usata una quadrata di 20 cm, alta 4 cm).
Terminate con un ultimo strato di ragù, cucchiaini di ricotta, fiocchetti di burro e parmigiano grattugiato.
Infornate a 190 °C per 15 minuti, nella parte alta del forno.

Pollo alla parmigiana

Impegno Facile
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g petto di pollo a fettine
500 g mozzarella
2 uova
2 pomodori
pangrattato – origano
Parmigiano Reggiano Dop
olio extravergine di oliva
sale

Battete leggermente le fettine di pollo per assottigliarle. Passatele nelle uova sbattute, poi nel pangrattato.
Friggetele in una padella con abbondante olio, per circa 2 minuti per lato. Scolatele su carta da cucina e salatele leggermente.
Tagliate a fette i pomodori e la mozzarella e disponeteli alternati sulle bistecchine di pollo. Spolverizzate con parmigiano grattugiato e infornate a 180 °C per 5 minuti.
Servite completando con origano ed erbe aromatiche a piacere.

MEGLIO CON IL POLLO?...
C'era una volta la parmigiana di melanzane. Poi, come in quel gioco nel quale devi sussurrare una parola nell'orecchio del tuo vicino e alla fine della fila te la ritrovi cambiata, la ricetta originale è diventata una cotoletta di pollo con sopra formaggio e una verdura, magari anche pomodoro, per un risultato tricolore su chicken così «stelle e strisce». Enjoy!

'900

POLLO ALLA PARMIGIANA

#LCI GOES TO THE USA

2019

DOLCE CONCLUSIONE

Per festeggiare la scoperta dell'America e il nostro sbarco negli USA, un dessert specialissimo, L'uovo di Colombo, creato dal nostro Giovanni Rota: da «modo di dire» a ricetta che unisce ingredienti del Vecchio Mondo, come la mandorla, con materie prime del Nuovo, come il cacao: un altro caso ben riuscito di integrazione culinaria.

«Prese quell'ovo e senza complimenti,/ Pàffete! je lo fece regge dritto./Eh! Ner vedé quell'ovo dritto in piede/Pure li più contrari più scontenti,/ Eh, sammarco! ce cominciorno a crede...»

Cesare Pascarella,
La scoperta dell'America

L'uovo di Colombo

Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 30 minuti più 5 ore di riposo

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

- 600 g **latte di mandorla**
- 300 g **panna fresca**
- 300 g **polpa di papaia**
- 180 g **zucchero semolato**
- 115 g **farina**
- 100 g **burro**
- 50 g **zucchero di canna**
- 20 g **gelatina alimentare in fogli**
- 10 g **cacao**
- **vaniglia – agar-agar**
- **amaranto soffiato**
- **limone – sale**

PER I FINTI TUORLI
Tagliate a pezzetti la polpa di papaia e frullatela con 30 g di zucchero semolato e 1 cucchiaio di succo di limone. Unite 2 g di agar-agar e versate in una casseruola.
Portate il composto a bollore, cuocete per 3 minuti, spegnete e fate intiepidire. Versatelo in uno stampo multiplo in silicone con 8 semisfere (ø 5 cm). Fate raffreddare in freezer per 2 ore.
PER LA «TERRA»
Impastate il burro con lo zucchero di canna e un pizzico di sale, quindi unitevi la farina e il cacao setacciati; lavorate il composto fino a ottenere un panetto, avvolgetelo nella pellicola e ponetelo in frigorifero per 2 ore.
Grattugiatelo poi con una grattugia a fori larghi su una placca coperta con carta da forno e cuocete a 180 °C per 12-13 minuti. Sfornate, spezzettate grossolanamente e mescolate con 2 cucchiai di amaranto soffiato.
PER I FINTI ALBUMI
Mettete a bagno la gelatina.
Portate a bollore 300 g di latte di mandorla con 150 g di zucchero semolato e 1 baccello di vaniglia aperto per il lungo; spegnete e scioglietevi la gelatina strizzata.
Aggiungete al composto il latte di mandorla rimasto e filtratelo.
Montate a crema la panna e incorporatela delicatamente al latte di mandorla.
Versate il composto in uno stampo con 8 cavità a «semiuovo» (circa 10x7 cm), rimanendo 3-4 mm sotto il bordo.
Mettete in frigo a rassodare per circa 1 ora.
PER COMPLETARE
Sformate le mezze sfere di papaia e affondatele nelle mezze uova, ancora non del tutto rapprese. Livellate bene la superficie e riponete nuovamente in frigorifero per altre 2 ore.
Togliete le mezze uova dal frigo, appoggiatele brevemente di piatto su una superficie calda e incollatele ricomponendo le uova.
Appoggiatele in piedi sulla finta terra.

Ritorno alla natura

Ogni occasione è buona per far del bene all'ambiente...anche aprire una confezione di insalata! Infatti, le **nuove confezioni** di insalate biologiche e di origine italiana Scelta Verde Bio,Logico Despar sono **100% compostabili**. Così, dopo che avrai gustato il lattughino, la misticanza, il radicchio rosso, la rucola e la valerianella Scelta Verde Bio,Logico Despar, potrai gettarne la **confezione nell'umido** per un minimo impatto sull'ambiente.

DESPAR SCELTA VERDE Bio, Logico

DESPAR EUROSPAR INTERSPAR

www.desparitalia.it

La toscana Rita Sodi, a destra, e Jody Williams, titolari e cuoche del ristorante newyorchese Via Carota, nel West Village.

PURO E SEMPLICE

Due cuoche, una sola cucina: al ristorante **Via Carota**, Rita Sodi e Jody Williams raccontano il cibo italiano con autenticità a una New York sempre più in cerca di sapori puliti

di STEFANIA VIRONE VITTOR, foto GIACOMO BRETZEL

Sono state nominate tra i Best Chefs di New York nell'ambita lista James Beard Restaurants and Chefs 2019 e inserite tra i Best Restaurants della città dal *New York Magazine* per il loro Via Carota, definito dal *New Yorker* «the most perfect restaurant»: il segreto di Rita Sodi e Jody Williams sta nella formula «semplicità e qualità», che applicano diligentemente al menu stagionale nel pieno rispetto della tradizione italiana e della produzione locale.

Via Carota si trova nel West Village, a pochi passi da Bleecker Street, dove le vie si restringono e le case sono quelle di mattoni con i gradini all'ingresso che abbiamo imparato ad amare dai film e dalle serie tv. Le vetrine ampie dai profili massicci racchiudono un ambiente **familiare**, che ti abbraccia al primo scricchiolio del pavimento a listoni chiari. L'ispirazione stilistica viene dalla casa di Rita Sodi, una residenza toscana del XVII secolo, sita proprio in via Carota. Ad accogliervi in questa «gastroteca» ci sono giovani camerieri in camicia croccante candida e lunghi grembiuli di lino che con un sorriso prendono il vostro nome e lo scrivono sul palo di ghisa con il gessetto. Sì, perché da Via Carota non si prendono prenotazioni, ma un bicchiere di vino all'imponente bancone del bar fa dimenticare l'attesa. Mobili rustici ospitano porcellane, bottiglie di vino e cesti di frutta, mentre cantucci e torte salutano i commensali dal piano di marmo scuro nella sala principale. Le tovaglie lasciano il posto al legno spesso dei tavoli, circondati da vecchie sedie che nello schienale contengono il menu: invece di portalistini in pelle o brochure plastificate, un foglio A3 in carta avorio arrotolato, eloquente manifesto d'intenti della coppia in affari e nella vita Rita Sodi e Jody Williams. Stampato mensilmente come vuole la **stagionalità** degli ingredienti, colpisce per l'anomala disposizione delle portate: in pieno centro, le verdure. Da Finocchio, pecorino e colatura d'alici fino a Cavolo nero con lardo o Asparagi e pecorino, si capisce al volo che la semplicità è la chiave di lettura della cucina di Via Carota. Al primo boccone della Scafata (fave, carciofi, scarola e piselli ripassati in padella), arriva la qualità dritta in bocca a spiegare il successo di questo frugale piatto contadino. Basta dire che l'ultima →

TONNARELLI CACIO E PEPE

proposta di Via Carota celebrata da *The New York Times* è l'Insalata verde con una leggera vinaigrette all'aceto di sherry: una montagna di foglie color erba brillante che sfida la legge di gravità composta da indivia, crescione e lattuga, annaffiata con il condimento e costellata generosamente da scalogno e granelli di senape. Il viaggio nelle cucine **regionali** italiane si compie per tappe gustose dagli Spuntini (Olive all'ascolana, 'Nduja, Arancini, Bagna caôda) agli Antipasti (Tonno e fagioli, Burrata di Puglia, Salame e pecorino), passando dall'elogiata Trippa alla fiorentina ai Tonnarelli cacio e pepe fino al Coniglio fritto, squisito. Menzione speciale per la Svizzerina, appena scottata in padella con rosmarino e aglio, che si fa amare

«Dal primo sguardo si percepisce il sentimento tutto italiano che anima questo accogliente locale nel cuore *cool* di Manhattan, dove i newyorchesi fanno la fila a tutte le ore»

INSALATA VERDE

per la sua purezza facendo dimenticare gli stracarichi hamburger locali. Si chiude in dolcezza con Zabaione, Crostata, Biscotti, Semifreddo e Panna cotta.

Se il primo ristorante aperto a New York dal 2008 I Sodi rappresenta il passato consolidato, Via Carota è il presente vivace. Il **futuro**? Il Bar Pisellino: Rita e Jody proseguono il loro percorso alla conquista della Grande Mela con questo locale inaugurato in giugno per condividere l'italianità delle nostre più gustose abitudini per la prima colazione e per l'aperitivo. ■

Tonnarelli cacio e pepe

Impegno Medio
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- **750 g pasta fresca tipo tonnarelli (spaghetti alla chitarra)**
- **165 g Pecorino Romano Dop grattugiato**
- **100 g burro**
- **30 g pepe nero in grani**
- **sale**

Portate a ebollizione una casseruola grande di acqua salata, riempiendola meno del normale (per concentrare la quantità di amido); tuffatevi →

la pasta e mescolate frequentemente. Scolatela molto al dente, conservando l'acqua di cottura.
Raccogliete intanto il burro e il pepe, macinato, in un'ampia padella sul fuoco alto. Mescolate per un paio di minuti.
Stemperate quindi con 300 g di acqua di cottura, portate a ebollizione e mescolate di tanto in tanto, per altri 3 minuti. Aggiungete quindi la pasta e altri 300 g della sua acqua di cottura, alzate il fuoco e mescolate vigorosamente (per estrarre l'amido) fino a quando il sugo non si addensa (ci vorranno circa 5 minuti).
Togliete la padella dal fuoco e bagnate con 200 g di acqua di cottura della pasta. Unite il pecorino e saltate con vigore, finché il condimento non sarà molto cremoso (se occorre, aggiungete altra acqua).
Servite immediatamente, aggiungendo a piacere altro pecorino.

SVIZZERINA

Insalata verde

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

2 cespi di lattuga tipo Boston
1 cuore di lattuga romana
1 cespo grande di indivia belga
1 mazzo di crescione
½ cespo piccolo di insalata riccia

PER IL CONDIMENTO
240 g olio extravergine di oliva
1 scalogno grande
1 spicchio di aglio
aceto di sherry invecchiato
senape cremosa
senape rustica
miele – timo – sale – pepe

Mondate le lattughe e l'indivia belga e sfogliatele; spezzate le foglie grossolanamente.
Pulite il crescione conservando le foglie e gli steli più teneri.
Eliminate le foglie esterne verde scuro e le cime dell'insalata riccia, ricavando solo le parti verde chiaro e bianche.
Lavate tutte le insalate, scolatele e tenetele da parte.
PER IL CONDIMENTO
Tritate lo scalogno e sciacquatelo in acqua fredda. Raccoglietelo in una ciotola con 3 cucchiai di aceto e 1 cucchiaiata di acqua tiepida. Lasciate riposare per 2 minuti, poi aggiungete l'olio, 1 cucchiaino abbondante di senape cremosa e 1 di quella rustica, 1 di miele, 2 rametti di timo tritati, l'aglio tritato e una presa di sale.
Disponete una prima manciata di insalate in una ciotola da portata; salate, pepate e aggiungete il condimento. Procedete sovrapponendo quanti più strati possibile di foglie, completando con un ultimo filo di condimento. Servite immediatamente.

Svizzerina

Impegno Medio
Tempo 50 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

900 g controfiletto di manzo
6 rametti di rosmarino
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER L'AGLIO CONFIT
500 g olio extravergine di oliva
4 teste di aglio

PER L'AGLIO CONFIT
Dividete le teste di aglio in spicchi; fateli sobbollire dolcemente, con la buccia, nell'olio, a fuoco molto basso, per 15 minuti circa, fino a quando non saranno dorati. Con questa cottura il sapore si addolcirà. Conservate l'aglio nell'olio.
Friggete il rosmarino in abbondante olio molto caldo.
Tritate finemente il controfiletto, parti grasse comprese. Mescolatela molto bene per distribuire uniformemente grasso e polpa magra. Modellate in 6 svizzerine.
Conditele con sale e pepe e arrostitele su entrambi i lati, in un velo di olio caldissimo, per 1-2 minuti: dovranno risultare abbrustolite e croccanti in superficie e al sangue all'interno.
Servite subito completando ogni svizzerina con 2 spicchi di aglio confit e un rametto di rosmarino fritto.

LA TERRA
E IL CIELO

DAL 1980
RACCONTIAMO LA NOSTRA STORIA

La Cooperativa Agricola La Terra e il Cielo nasce
dal progetto di sei giovani pionieri del **biologico** di coltivare trenta
ettari di terreno nelle colline marchigiane.

RISPETTIAMO, OGGI COME ALLORA, IL CICLO DELLE STAGIONI E SEGUIAMO RITMI E FLUSSI DELLA TERRA E DEL CIELO

La terra e il cielo sono rappresentate simbolicamente da due linee inscritte all'interno del cerchio del nostro marchio, ispirato all'uomo vitruviano.

LE ORIGINI

1981. Bruno Sebastianelli, Socio fondatore e Presidente de La Terra e il Cielo, al pascolo con 50 pecore utilizzate come unico supporto alla fertilità del terreno.

Le immagini storiche raccontano le **persone**, i **luoghi**, i **valori** del nostro **biologico autentico**.

La **selezione del seme** che si ripete ciclicamente a settembre per mano del contadino in vista della semina di novembre, stringe un'alleanza con il territorio e riporta l'espressione di **"biodiversità"**all'accezione originaria del termine. **Non un solo seme, ma tanti, provenienti da diversi appezzamenti che saranno "mescolati" per dar luce ad una nuova popolazione evolutiva dei grani.** Dall'unione della tradizione con la ricerca, nasce, la nostra pasta **700 GRANI,** la prima prodotta con semola integrale di almeno 700 varietà di grano duro diverse.

La Terra e il Cielo / laterraeilcielo.it / marketing@laterraeilcielo.it

STROZZAPRETI 700 GRANI ALLE VERDURE

Chef Dario Pierandi

Ingredienti per 4 persone **Tempo** 30 minuti **Impegno** facile

350 gr. strozzapreti 700 GRANI
500 gr. di verdure: fagiolini, favette, carota, barbetta di finocchietto selvatico, porro, scalogno, spicchio d'aglio, olio, sale, peperoncino, 5 pomodorini camone.
Pulire e tagliare le verdure con taglio a cubetti delle stesse dimensioni; in una padella aggiungere un po' di olio e iniziare a cuocere insieme a porro, aglio, scalogno.
Aggiungere i fagiolini puliti e tagliati a piccoli pezzi, regolare il sale, coprire e proseguire la cottura.
Cuocere a parte le favette sgusciate dalla pelle e aggiungere il finocchietto e il peperoncino.
Unire i due composti una volta cotti.
Cuocere la pasta, scolarla e unirla alle verdure.
Mantecare con un po' di acqua di cottura e servire.

STROZZAPRETI
700 GRANI
SPECIALITA'
LA TERRA
E IL CIELO

PASTA LA TERRA E CIELO
BIOLOGICA PER TRADIZIONE
AUTENTICA PER VOCAZIONE

#LCI GOES TO THE USA

MAC AND CHEESE

Festeggiamo insieme la nostra avventura oltreoceano? Ecco quattro nuove «traduzioni» del matrimonio tra maccheroni e formaggio, un classico americano importato nel XVIII secolo dal Vecchio Continente

ricette **GIOVANNI ROTA**, testi **GAIA MASIERO**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **FABIO FINAZZI**

CELENTANI ALLA ZUCCA

Piatti dei celentani **Virginia Casa**, bicchieri **Vetrerie di Empoli**, tovaglia **Busatti**.

CUBI DI PIPE FRITTI

Piatti delle pipe e delle campanelle e sottopiatti oro delle campanelle **Henriette**, tovagliolo rosso delle pipe **La Gallina Matta**, recipiente della maionese **Virginia Casa**, mug, cuscini e tavolino **Seletti**, bicchieri con iniziali delle campanelle **Vetrerie di Empoli**, tovaglia e tovaglioli **Somma 1867**, bracciale portatovagliolo **L' Elfodèco**.

CAMPANELLE GRATINATE

#LCI GOES TOTHE USA

Celentani alla zucca

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

1 litro latte
600 g pasta tipo celentani
500 g polpa di zucca
260 g pecorino grattugiato
120 g burro
120 g farina
40 g semi di zucca
40 g mandorle senza buccia
40 g mandorle con la buccia
arancia
sale

Tagliate a pezzetti la zucca e lessatela nel latte per 15 minuti. Salate e frullate tutto. Intridete la farina di burro morbido. Rimettete sul fuoco la crema di zucca e incorporate con la frusta il composto di burro e farina e il pecorino grattugiato.
Fate bollire l'acqua per la pasta, salatela e lessatevi i celentani. Scolateli al dente e mescolateli con la crema di zucca. Servite con semi di zucca, mandorle tagliate a fettine e tostate e scorza di arancia a filetti.

Campanelle gratinate

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

PER IL CRUMBLE
100 g farina
80 g burro
50 g Parmigiano Reggiano Dop
10 g olio extravergine di oliva
PER LA PASTA
1 litro latte
600 g pasta tipo campanelle
300 g cipolla di Tropea mondata
250 g taleggio
50 g amido di mais
zucchero
sale – pepe

PER IL CRUMBLE
Amalgamate il burro, il parmigiano grattugiato, la farina e l'olio. Distribuite il composto in una teglia rivestita di carta da forno e cuocete nel forno ventilato a 190 °C per 15 minuti circa.
PER LA PASTA
Tagliate a fettine sottili la cipolla, salatela e fatela riposare in uno scolapasta per 15 minuti, quindi lavatela, asciugatela e disponetela su una teglia rivestita di carta da forno. Cospargetela con 1 cucchiaio di zucchero ed essiccatela nel forno a 120 °C per 1 ora.
Stemperate l'amido di mais in 200 g di latte. Scaldate il resto del latte con un po' di sale e di pepe, versatevi poi il latte con l'amido di mais, mescolate bene con la frusta, cuocete fino al bollore, unite il taleggio a tocchetti e fatelo sciogliere ottenendo una crema.
Portate a bollore l'acqua per la pasta, salatela e lessatevi le campanelle. Scolatele al dente e conditele con la crema al taleggio. Versatele in una teglia e infornatela a 220 °C per 10 minuti circa, sfornatela e servitela completando con la cipolla e il crumble.
Da sapere Scorciatoia per la cipolla: tagliatela a fettine sottili, mettetela a bagno nell'aceto di mele e lasciatela riposare per 30 minuti girandola di tanto in tanto. Cuocetela quindi in padella con una noce di burro fuso e una spolverata di zucchero per 7-8 minuti. Risulterà gustosamente caramellata, ma più morbida di quella essiccata in forno, croccante come le chips.

Cubi di pipe fritti

Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 15 minuti più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

1 litro latte
750 g pasta tipo pipe
250 g provola
250 g pangrattato
150 g fontina
120 g burro
110 g farina
50 g Grana Padano Dop grattugiato
4 uova
noce moscata
olio di arachide
sale

PER LA CREMA ALLA FONTINA
Fondete il burro, toglietelo dal fuoco e amalgamatevi con cura la farina. Aggiungete un pizzico di noce moscata e di sale. Unite il composto nel latte quasi al bollore e cuocete per un paio di minuti mescolando con una frusta per ottenere una besciamella liscia. Togliete dal fuoco e fatevi fondere la fontina tagliata a cubetti e il grana.
PER LA PASTA
Fate bollire l'acqua per la pasta, salatela e cuocetevi le pipe. Scolatele al dente e conditele con la crema alla fontina.
Disponetele in una teglia rivestita di carta da forno; livellatele e compattatele premendole con il fondo di un'altra teglia. Fate riposare nel frigo per 1 ora.
Tagliate orizzontalmente la pasta ottenendo due strati; copritene uno con sottili fette di provola, sovrapponetevi l'altro strato e tagliate la pasta in cubi da 6-7 cm.
Sbattete le uova, bagnatevi i cubi di pasta e poi passateli nel pangrattato. Friggeteli subito in abbondante olio di arachide ben caldo. Scolateli quando saranno dorati e serviteli ben caldi.
Per finire con un tocco molto americano, potete accompagnare con 20 g di maionese mescolata con 15 g di senape ed erba cipollina tagliuzzata finemente.

Conchiglie e salmone

Impegno Facile
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

600 g salmone fresco
500 g pasta tipo conchiglie
500 g mascarpone
350 g formaggio bianco cremoso
burro
sale

Fate bollire l'acqua per la pasta, salatela e lessatevi le conchiglie. Scolatele al dente e mantecatele con i formaggi e un pizzico di sale.
Tagliate a fettine il salmone e con esse rivestite una teglia imburrata, lasciandole debordare; distribuite nella teglia la pasta mantecata e rimboccatevi sopra le fettine di pesce debordanti.
Infornate a 180 °C per 10 minuti circa.
Completate a piacere con pepe rosa.

#LCI GOES TO THE USA

CONCHIGLIE E SALMONE

Vassoio oro **Seletti**, tovaglia **Mirabello**.

CACIO E PEPE AL GRAND HOTEL

Da 130 anni l'Eden rappresenta l'innovazione nell'ospitalità romana, dal primo ascensore all'apertura al pubblico. Benvenuti per un drink, un tè o una cena stellata (con vista garantita)

di **SARA MAGRO**

Se cercate una prospettiva un po' speciale su Roma, comprensiva di San Pietro, Villa Borghese e tanti altri bellissimi scorci, dovete andare all'Hotel Eden. Un portiere in livrea e bombetta vi aprirà la porta e una volta dentro chiedete dell'ascensore per la Terrazza e il Giardino. Tutti possono salire all'ultimo piano per godersi un caffè, una pizza, un drink o una cena stellata davanti a una delle più belle viste sulla città.

La **posizione strategica**, vicina ai monumenti e alla Stazione Termini, era stata senz'altro decisiva quando l'albergatore tedesco Francesco Nistelweck acquistò la palazzina residenziale all'angolo fra via Porta Pinciana e via Ludovisi. Nell'ottobre del 1889, esattamente 130 anni fa, la trasformò in un elegante albergo con 63 camere, uno dei primi con acqua corrente, elettricità, riscaldamento e ascensore. L'Eden è nato con l'innovazione nel dna. Ed è per questo, oltre che per le sue **impareggiabili viste**, che è sempre stato considerato uno degli hotel migliori di Roma, come si evince dai numerosi premi (Hot List 2018 di Condé Nast Traveler, per esempio) e dal **libro d'oro** con le firme di nobili, politici, intellettuali e divi che lo hanno frequentato per oltre un secolo: Sigmund Freud e Roberto Rossellini con Ingrid Bergman prenotavano lì durante i soggiorni nella capitale, ma anche Federico Fellini, il regista della *Dolce vita*, aveva eletto la terrazza a luogo esclusivo per rilasciare le interviste a cui teneva di più. Una stranezza per l'epoca, quando l'albergo era considerato la «casa dei viaggiatori», non certo un luogo di ritrovo. L'Eden invece è sempre stato aperto alla città, al punto che era soprannominato l'albergo dei romani, che lo frequentavano per pura mondanità.

Quando nel 2013 è stato acquistato dal gruppo Dorchester (*dorchestercollection.com*), proprietario di altri luoghi dell'ospitalità tra cui il Plaza Athénée di Parigi e il Principe di Savoia a Milano, il progetto era di sottoporlo a una **ristrutturazione** totale, tra i timori e le nostalgie degli habitué. Per quanto affetto ciò dimostrasse, lo stile *jardin d'hiver* e le romanticherie da Prima Repubblica andavano svecchiate, non c'erano alternative. Nella primavera 2017, l'Eden riapre completamente nuovo, a eccezione dello staff, dal direttore Luca Virgilio allo chef Fabio Ciervo che nel frattempo hanno lavorato all'aggiornamento del servizio. E non si può immaginare una migliore garanzia di continuità tra il prima, nel cuore di generazioni di romani e turisti, e il dopo per far contenti i raffinati viaggiatori di oggi, che amano l'eleganza ma non possono rinunciare alla **tecnologia**.

Un portiere all'ingresso dell'Hotel Eden, storico cinque stelle di Roma oggi membro di Dorchester Collection.

Perciò, se da un lato abbonda la ricchezza dei dettagli – dorature e intarsi, tende con i preziosi tessuti di Rubelli, affreschi dell'artista Giovanni Bressana – dall'altro si trovano prese usb ovunque, wi-fi veloce, tv e sound system di ultima generazione. E hanno ben interpretato l'incarico gli architetti, Bruno Moinard e Claire Bétaille per le camere, e Patrick Jouin e Sanjit Manku per gli spazi comuni, che hanno dato sfoggio di conoscenza in fatto di materiali e finiture, dalla Libreria, aperta al pubblico per colazioni, afternoon tea e drink, al ristorante La Terrazza, dove anche una fumante cacio e pepe alle rose si mangia con il cupolone del Vaticano negli occhi.

Un'ultima cosa: non abbiate nostalgia del vecchio Eden ma godetevi il suo **stile di oggi**. Non c'è più la dolce vita di Fellini e Rossellini, né qui, né altrove. Per il resto l'hotel, nella sua veste contemporanea, rappresenta l'ospitalità romana nella sua accezione più innovativa e alta, anche solo per un brunch della domenica. ■

FOTO NIALL CLUTTON

Dall'alto, in senso orario, Royal Eden, drink speciale del Giardino, bar e bistrot all'ultimo piano dell'Eden. L'hotel negli anni Settanta. Fabio Ciervo, chef dei ristoranti dell'hotel. Il foyer del mezzanino con gli affreschi del decoratore Giovanni Bressana.

Giancarlo Tommasi spilla il vino da una delle grandi botti della cantina di famiglia. Nella pagina accanto, il salone delle Muse di Villa Mosconi Bertani, complesso architettonico neoclassico ad Arbizzano di Negrar, nel Veronese.

TRE PER QUATTRO

di VALENTINA VERCELLI foto GIACOMO BRETZEL

Dalle uve corvina, corvinone e rondinella nascono il Valpolicella, il Ripasso, l'Amarone e il Recioto. Magnifici rossi veneti legati a memorie illustri e a ville di strepitosa bellezza

«Guarda il calor del sol che si fa vino... ne porta seco e l'umano e 'l divino»

Dante Alighieri, *Purgatorio*, XXV canto

«Tu quanta corvina hai messo?», mi chiede il fotografo Giacomo Bretzel, che sta viaggiando con me alla scoperta della Valpolicella. Siamo nella cantina di Pasqua e stiamo sperimentando in anteprima la fase finale di una nuova formula di visita con degustazione. Nella barricaia, la zona dove i vini affinano in piccole botti di legno, è stato allestito uno spazio con alcuni strumenti del mestiere. Su un tavolo abbiamo trovato due alzavino (le pipette per prelevare piccole quantità di vino dalle barrique), due recipienti con le tacche per la misurazione dei liquidi, fogli e penne per gli appunti, etichette nuove di zecca da compilare, due bottiglie vuote e due grembiuli per ripararsi dagli schizzi. Accanto, c'è una piccola tappatrice e, poco più in là, un fornelletto su cui sobbolle un pentolino con un liquido rosso e denso, la ceralacca.

È arrivato il momento di **metterci alla prova**, creando il nostro vino personale che poi ci rimarrà come ricordo della giornata. Dopo avere assaggiato il contenuto delle botti a disposizione, mescolo tre vitigni, lasciando alla corvina veronese il ruolo di star: in questi giorni, ho scoperto che è l'uva più nobile della zona, capace di dare rossi eleganti, morbidi e fruttati, ma anche che dà il meglio di sé quando è abbinata con piccole percentuali di altri vitigni a bacca scura. Lavorando con pipette e recipienti graduati, ci stiamo divertendo come quando si giocava al Piccolo Chimico, e che soddisfazione quando la nostra bottiglia riempita, tappata e sigillata con la ceralacca è pronta! Questa esperienza rafforza la mia convinzione che, con la **terza generazione** di Pasqua, nonostante i quasi cento anni di storia, qui il lavoro sia anche un atto creativo. Ne avevo già avuto il sospetto poco prima, in due occasioni: durante l'assaggio di Hey French. You could have made this but you didn't, un nuovo bianco prodotto nella vicina zona di Soave, frutto di quattro grandi annate dell'ultimo decennio, che nel suo nome «Hey, Francesi. Questo avreste potuto farlo voi, ma non l'avete fatto» rappresenta al contempo uno sberleffo, ma anche un omaggio alla grande storia viticola d'Oltralpe; e quando abbiamo visitato il «dietro le

Sopra, Massimilla di Serego Alighieri. In alto, un'antica vite di molinara, piantata nel 1875, ombreggia un angolo dell'azienda dove ci sono anche otto appartamenti a disposizione dei turisti.

quinte» di Pasqua ovvero gli uffici, con la sala riunioni dove campeggia una coloratissima scritta BOOM, accanto a un sacco da boxe, con tanto di guantoni da pugile a disposizione. «Questo era l'ufficio di mio zio, una stanza seria che ho voluto trasformare in un luogo più accogliente», racconta Riccardo Pasqua. «Il sacco da boxe rappresenta gli scontri che ci possono essere durante un meeting e "boom" è un'esclamazione che ritorna spesso durante gli incontri di lavoro. Senza contare che, anche nelle riunioni più delicate, qui le persone si sentono a proprio agio».

Figlio di un errore

Approfondiamo la conoscenza della Valpolicella nelle due cantine veronesi del Gruppo Italiano Vini, Bolla e Santi. Visitando Bolla, si scopre un pezzo di storia del territorio: proprio qui è stato messo in commercio per la prima volta nel 1953 un vino con la scritta **Amarone** in etichetta, l'ormai celebre Amarone Bolla Riserva del Nonno 1950, che figli e nipoti imbottigliarono per l'ottantesimo compleanno di Alberto Bolla. Il rosso più famoso del territorio, però, nasce già qualche anno prima ed è figlio del vino passito dolce **Recioto**. La leggenda vuole che negli anni Trenta una botte di Recioto fosse dimenticata in una grande cantina; il vino continuò a fermentare finché non divenne completamente secco. Quando il capocantiniere lo assaggiò, esclamò: «Questo vino non è amaro, è amarone!». Non si sa se le cose siano andate davvero così, ma quell'aggettivo divenne il nome di uno dei rossi italiani più famosi nel mondo, con buona pace degli stranieri che quando lo assaggiano scoprono, invece, che ha un sapore molto morbido e rotondo!

Cristian Ridolfi, enologo di Santi, cantina con sede a Illasi, nella parte orientale della Valpolicella, ci racconta con rara passione le **diversità** che caratterizzano il territorio, un'area di circa 8000 ettari coltivati a vigneti, estesa su 19 comuni a nord di Verona. La zona classica è compresa entro i confini di Negrar, Marano in Valpolicella, Fumane, Sant'Ambrogio di Valpolicella e San Pietro in Cariano. Accanto alla corvina, le uve più importanti per la produzione dei rossi locali sono corvinone e rondinella, cui si possono aggiungere piccole percentuali di altri vitigni minori (tra questi, l'oseleta è in una fase di riscoperta).

L'enologo Cristian Ridolfi, direttore della cantina Santi, di proprietà del Gruppo Italiano Vini. A destra, Marta Gaspari, figlia di Celestino, fondatore dell'azienda Zýmē e, in alto, uno scorcio della suggestiva cantina.

I rossi della Valpolicella sono caratterizzati dagli aromi intensi della ciliegia e dal finale, leggermente e piacevolmente amaro, che ricorda il sapore della mandorla. Nei Valpolicella Classico la ciliegia è fresca e croccante, per diventare più matura nel Valpolicella Ripasso e quasi «sotto spirito» nell'Amarone e nel Recioto.

Ciliegi, olivi e ville

La zona classica della Valpolicella è affiancata da un'altra area rinomata, la Valpantena, dove per il particolare microclima è fiorente anche la →

coltivazione dell'olivo. Lo scopriamo durante la nostra visita a Costa Arènte, azienda di Genagricola, immersa in un paesaggio di rara bellezza, equamente suddiviso tra vigneti e **oliveti**. Assaggiamo un olio saporito e delicato allo stesso tempo, a base delle cultivar Favarol, tipica dei Lessini, Grignano, diffusa sulle colline veronesi verso il Garda, e Leccino, accompagnandolo con qualche bicchiere di un Amarone che al primo anno di produzione ha già avuto importanti riscontri e di un ottimo **Ripasso**, altro vino tipico della zona, che si produce «ripassando» un Valpolicella base sulle vinacce dell'Amarone, una pratica per ottenere un rosso con un'intensità e una struttura a metà strada tra i due vini.

La Valpolicella, però, non è solo vigne e olivi; nella stagione giusta la fioritura dei ciliegi toglie il respiro, mentre durante il resto dell'anno sono le ville venete a lasciare a bocca aperta. Se Villa Serego a San Pietro in Cariano è stata progettata da **Andrea Palladio** ed è tutelata dall'Unesco, non è da meno Villa Mosconi Bertani, uno splendido edificio settecentesco, realizzato già in origine per la produzione agricola e vinicola, dove oggi ha sede l'azienda Tenuta Santa Maria della famiglia Bertani. La visita comprende eleganti sale affrescate, il parco all'inglese voluto da Ippolito Pindemonte che soggiornò a lungo qui, traducendo l'*Odissea* (ma non di solo lavoro vive l'uomo: era l'amante di una contessa Mosconi), le cantine e i locali in soffitta dove sono visibili le *arele*, i graticci di legno e bambù per l'appassimento delle uve. Tanta parte della storia vinicola veronese è passata da queste mura, perché i fratelli Bertani, dopo un esilio in Borgogna, tornarono in patria con molte idee innovative legate alla viticoltura (l'impianto delle uve a guyot) e alla vinificazione, capendo, per esempio, che il gusto dei consumatori andava orientandosi verso vini meno dolci: cominciarono così a produrre Recioti più secchi, ovvero i primissimi antenati dell'odierno Amarone.

Hai detto Dante?

Di villa in villa, di storia in storia, capitiamo alle Possessioni Serego Alighieri per incontrare Massimilla di Serego Alighieri, diretta discendente del sommo poeta che ci ha messo alla prova sui banchi di scuola. La tenuta fu acquistata nel 1353 da Pietro, figlio di Dante, che aveva seguito il padre durante il suo esilio a Verona. Oggi è la cantina più antica della Valpolicella e la produzione vinicola è a cura di un nome del calibro di Masi, l'azienda di quel Sandro Boscaini che non a caso è stato soprannominato Mister Amarone. Mentre passeggiamo nei giardini curatissimi chiedo a Massimilla quale sia il suo vino preferito. «Sull'isola deserta porterei l'Amarone della Valpolicella Classico Vaio Armaron (*è entrato nella classifica dei migliori 10 vini al mondo, secondo la nota rivista americana* Wine Spectator, ndr), ma il mio vino da viaggio, quello che metto sempre in valigia insieme al tubino nero, è il Possessioni rosso, perché proprio come il vestito è adatto a ogni occasione e si abbina bene con qualsiasi piatto, pesce compreso». In bottiglia, le uve corvina e molinara incontrano il sangiovese, il vitigno toscano per eccellenza, a suggellare il legame con l'illustre antenato.

Un altro **palazzo storico** che merita una sosta è senz'altro la seicentesca Villa Quaranta, oggi hotel quattro stelle con spa, di proprietà della famiglia Tommasi, viticoltori dal 1902. Il centro benessere propone trattamenti di vinoterapia che sfruttano le sostanze benefiche presenti nelle uve locali, come il Divino Amarone, che include nel percorso un bagno con

Sopra, Riccardo Pasqua in posa con i guantoni da boxe nella sala riunioni. Sotto, un momento di degustazione all'azienda Costa Arènte di Genagricola e, nella pagina accanto, in basso, vigneti di proprietà nella sottozona Valpantena.

olio di vinaccioli e un impacco a base di Amarone. I vini prodotti dai Tommasi (oltre alla cantina della Valpolicella fanno parte del gruppo tenute in Lombardia, Toscana, Puglia e Basilicata) si possono assaggiare all'elegante ristorante Borgo Antico di Villa Quaranta che, tra affreschi del Seicento, propone una solida cucina creativa con materie prime del territorio, oppure direttamente in azienda, nel punto vendita fresco di inaugurazione, realizzato da artigiani locali con largo impiego di materiali tipici, come il marmo. Proprio ai Tommasi chiediamo consigli per **abbinare a tavola** i vini della Valpolicella. «Il Valpolicella Classico è il vino della quotidianità casalinga; è fresco, versatile, si abbina con tutto, perfino con la pizza. Il Ripasso è un po' più strutturato, ma sempre disinvolto: va bene per le grigliate e per il pranzo della domenica, con tortellini e arrosto. L'Amarone è il vino delle occasioni, si stappa per un compleanno o una cena speciale, ma è molto raccomandato anche per una serata di chiacchiere. Il Recioto rimane insuperabile con i dolci, i formaggi erborinati e il cioccolato».

A destra, Walter Ceradini, proprietario del Vigneto dei Salumi; a sinistra, «sacro e profano», con alcune prelibatezze di Walter in affinamento.

Da segnare in agenda

Il viaggio volge al termine, ma ci sono da svelare ancora due segreti. Il primo è l'azienda Zýmē di Celestino Gaspari, ex collaboratore di Giuseppe Quintarelli, produttore cult di Amarone, che ha ricavato parte della sua cantina in un'antica cava di arenaria; tra la scala con ascensore che riprende la forma di un cavatappi, la **cavità carsica** in cui scorre l'acqua e le luci soffuse, l'effetto sorpresa è assicurato. Non mancate di assaggiare i vini per scoprire alcune rarità introvabili altrove, come l'oseleta vinificata in purezza o il From black to white, frutto di un blend di uve tra cui la rondinella bianca, derivante da una mutazione genetica naturale del vitigno a bacca scura.

L'ultimo indirizzo da non perdere è il Vigneto dei Salumi: prendete posto al tavolo rotondo sistemato nella suggestiva stanza in legno dove affinano gli **insaccati** e lasciatevi stupire con la degustazione di oltre venti creazioni di Walter Ceradini: indimenticabili sono l'Isabella, un cuore di coscia di maiale che stagiona per oltre 24 mesi e poi affina a lungo nel vino, con due passaggi nell'Amarone e uno nel Recioto, e la Polvere del Vinappeso, una parte magra del maiale che viene essiccata in forno per due ore a 40 °C e poi frullata; ottima per insaporire risotti e teglie di verdure, va provata anche sul gelato: è la risposta della Valpolicella alla bottarga. ■

CHE COSA ABBIAMO BEVUTO

Valpolicella Rêverie 2018 Zýmē, *10 euro. zyme.it*
Valpolicella Classico Superiore Toar 2016 Masi, *16 euro. masi.it*
Valpolicella Ripasso Classico Superiore Solane 2016 Santi, *14 euro. gruppoitalianovini.it*
Valpolicella Ripasso Valpantena 2017 Costa Arènte, *16 euro. arente.it*
Amarone della Valpolicella Mai dire mai 2012 Pasqua, *99 euro. pasqua.it*
Amarone della Valpolicella Classico Vaio Armaron 2012 Serego Alighieri, *60 euro. seregoalighieri.it*
Amarone della Valpolicella Classico Riserva 2013 Tenuta Santa Maria, *68 euro. tenutasantamaria.wine*
Amarone della Valpolicella Classico Ca' Florian Riserva 2011 Tommasi, *70 euro. tommasiwine.it*
Recioto della Valpolicella Classico 2011 Bolla, *17 euro. gruppoitalianovini.it*

A CIASCUNO IL SUO COLORE

Si chiama armocromia l'arte di combinare l'incarnato, gli occhi e i capelli con abiti, accessori e make-up in tinta che ne esaltino le caratteristiche. Noi abbiamo provato a farlo anche in cucina, nelle ricette e sulla tavola. Per mettere tutti nella giusta luce

ricette WALTER PEDRAZZI, testi ANGELA ODONE, foto RICCARDO LETTIERI, styling CORA VOHWINKEL

Avete mai aperto l'armadio dei vestiti per osservare (davvero) quello che contiene? Quanti abiti o accessori dello stesso colore vedete? L'istinto, di solito, guida verso ciò che mette a proprio agio, anche dal punto di vista cromatico. Ma non sempre: chi non ha almeno un paio di capi che non ha mai indossato?

A ognuno di noi si addice un certo numero di colori, tipici di una stagione. Generalizzando si può dire che c'è chi sta bene con i colori caldi, come le persone «autunno», e chi dà il meglio di sé con i colori freddi, come i tipi «estate». Abbiamo trasferito questo scenario dal guardaroba alla cucina e interpellato un'esperta perché ci guidasse nella scelta delle ricette e dell'apparecchiatura della tavola secondo i colori delle quattro stagioni. Rossella Migliaccio, armocromista e fondatrice dell'**Italian Image Institute**, il primo istituto in Italia dedicato alla consulenza di immagine, ci ha raggiunto in cucina e tra una ricetta e l'altra ci ha raccontato la sua storia.

Quando ha iniziato a dedicarsi ai colori?

«Sono da sempre la mia passione: da piccola rompevo i pennarelli per mescolare i colori con l'acqua; da grande, dopo la laurea in Marketing alla Bocconi, ho lavorato nell'editoria di moda e nella pubblicità. Così ho cominciato a capire che cosa mi piaceva veramente, poi a Londra ho avuto l'illuminazione: ho mollato tutto e ho seguito un corso per prendere la certificazione internazionale di Consulente di Immagine».

È la sola in Italia a fare questo mestiere?

«Da noi ci sono tanti esperti di moda e di immagine, in questo non sono certo l'unica. Ma per quanto riguarda l'armocromia sono stata la prima, quando ho iniziato, più di dieci anni fa».

Che cosa fa un'armocromista?

«Osserva e analizza l'insieme di pelle, occhi e capelli per poi definire la palette dei nostri colori «amici», quelli che hanno il potere di farci apparire più belli, più in forma, più giovani. Avvalendosi dell'uso di una serie di strumenti professionali, tra cui alcuni drappi colorati da alternare sotto al viso, è possibile individuare le caratteristiche cromatiche della persona e la gamma dei toni che meglio la valorizza».

Come si costruisce una palette?

«Si usa un principio di ripetizione: prima si individuano le caratteristiche cromatiche della persona, poi si replicano in ciò che indossa. Per semplificare, chi ha colori caldi userà colori caldi, chi ha colori delicati userà colori delicati...».

Aveva mai lavorato con il cibo?

«L'armocromia è molto contagiosa e, una volta scoperta, diventa una regola per tutto ciò che ci circonda. Mi piace quindi portarla anche a tavola, però non mi era mai capitato di spingermi fino all'abbinamento con quello che si mette nei piatti. La scelta cromatica degli ingredienti e di conseguenza delle ricette è stata una novità davvero stimolante».

Rossella Migliaccio, armocromista e fondatrice dell'Italian Image Institute per la consulenza d'immagine.
A destra, il suo libro *Armocromia*, pubblicato da Vallardi.

TIPO AUTUNNO

PANCAKE DI RISO E LENTICCHIE CON FINFERLI

ORZO ALLO ZAFFERANO SU CREMA DI ZUCCHINE ALL'AGLIO DOLCE

Piatto dei pancake, piattini bordati oro e piatto grande oro **Bitossi Home**, piatto rosa, sottopiatti verde e arancione, bicchieri e macinapepe **Brandani**, posate **Sambonet**, tovagliette americane **Sans Tabù**, tovaglioli **Society Limonta**, oliera in vetro trasparente e verde **Ichendorf**, apribottiglie **Alessi**.

TIPO PRIMAVERA

E voi, che tipi siete?

PRIMAVERA
È la categoria più varia: comprende tipi con i capelli biondi, castani o rossi, che si riconoscono immediatamente dall'incarnato radioso e gli occhi brillanti. Per apparire al meglio devono scegliere i colori più accesi e vibranti dei fiori e della natura.

ESTATE
Rientrano nel gruppo tutti coloro che hanno colori delicati. Reggono molto bene le tonalità pastello, cipriate e madreperlate e mal sopportano le tinte troppo vivide e aggressive, soprattutto nelle sfumature calde e aranciate.

AUTUNNO
Le persone di questa palette sono caratterizzate da colori caldi ma di intensità medio-bassa, che si accorda alle morbide tonalità dei boschi autunnali e alle sfumature delle spezie. Il nero e il blu, invece, le incupiscono.

INVERNO
Sono i tipi più numerosi, almeno nel bacino mediterraneo: olivastri, scuri d'estate e grigiastri d'inverno, oppure di pelle chiara e con i capelli neri. Stanno benissimo con il nero, il blu, il viola e tutte le tonalità fredde e brillanti.

Pancake di riso e lenticchie con finferli e crema di carote

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti più 8 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g carote – 250 g porro
150 g riso Vialone nano
150 g lenticchie secche
150 g finferli mondati
2 uova – 2 cipolle rosse
senape – yogurt greco
burro chiarificato
semi di coriandolo
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Mettete a bagno in acqua fredda il riso e le lenticchie, separatamente; dopo 8 ore di ammollo scolateli e frullateli, insieme, aggiungendo 140 g di acqua fresca, le uova, sale e pepe.
Mondate il porro, affettatelo sottilmente e sciacquatelo sotto l'acqua corrente per alcuni minuti; scolatelo e rosolatelo in padella con una noce di burro chiarificato fino a quando non sarà dorato; alla fine salate e profumate con pochi semi di coriandolo macinati.
Incorporate i porri al composto di riso e lenticchie, mescolando bene.
Cuocete il composto a cucchiaiate in una padella velata di burro chiarificato, modellandolo e facendolo dorare su entrambi i lati. Scolate a mano a mano i pancake su carta da cucina; ne otterrete 18-20.
Pelate le carote, tagliatele a tocchetti, cuocetele con 30 g di cipolla tritata, 1 mestolino di acqua e un filo di olio per 5-7 minuti, quindi frullate tutto in crema con 1 cucchiaino di senape, 1 di yogurt greco e un pizzico di sale.
Sbollentate i finferli per 2 minuti in acqua salata, scolateli bene e rosolateli in una padella velata di olio per 2-3 minuti.
Mondate il resto delle cipolle, affettatele ad anelli e stufatele in poco burro chiarificato per 5-7 minuti.
Distribuite i pancake nei piatti completando con la crema di carote, i finferli e qualche anello di cipolla.

Orzo allo zafferano con crema di zucchine e aglio dolce

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g zucchine – 250 g orzo perlato
100 g fave fresche pelate
100 g piselli sgranati – 100 g latte
2 spicchi di aglio
2 bustine di zafferano
germogli misti (barbabietola e alfa alfa)
fiori eduli misti – basilico
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Sciacquate l'orzo sotto l'acqua corrente per qualche minuto.
Versatelo in acqua salata fredda con lo zafferano e cuocetelo per 20 minuti dal bollore.
Immergete le fave in acqua bollente, dopo 1 minuto unite i piselli e dopo un altro minuto di bollore scolate tutto.
Sbollentate per tre volte l'aglio per 1 minuto, cambiando sempre l'acqua: in questo modo il sapore sarà più delicato.
Tagliate a metà per il lungo le zucchine ed eliminate parzialmente i semi; riducete il resto a tocchetti e rosolateli in una casseruola con un paio di cucchiai di olio per 2-3 minuti. Unite l'aglio sbollentato e 200 g di acqua; dopo 3-4 minuti di bollore scolate e frullate tutto con il latte, 2 cucchiai di olio, un pizzico di sale e un paio di foglie di basilico.
Scolate l'orzo e conditelo con olio, sale e pepe. Distribuitelo nei piatti, unite la crema di zucchine, le fave, i piselli e completate con i germogli e i petali di fiori eduli. Condite a piacere con un filo di olio e una macinata di pepe.

Merluzzo e riso rosso con scarola all'uvetta

Impegno Medio
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 4 tranci di merluzzo del Nord con la pelle

→

TIPO AUTUNNO

Piatto sfumato del merluzzo da **Weißglut Concept Store**, piatto ovale dei muffin e tazza da caffè **Laboratorio Pesaro**, piattino dorato e calice grigio **Bitossi Home**, posate rame **Sambonet**, bicchieri colorati **Zafferano**, brocca **Ichendorf**, piattino decorato **Ilaria.I**, aprinoci a forma di cuore **Alessi**, runner in lino ricamato **Sans Tabù**.

MERLUZZO E RISO ROSSO CON SCAROLA ALL'UVETTA

MUFFIN DI CIOCCOLATO E PERE AL VINO ROSSO

TIPO INVERNO

300 g finocchio
150 g riso rosso
100 g scarola mondata
80 g patata
40 g uvetta
burro – aneto – limone
colatura di alici
olio extravergine di oliva
sale

Mettete a bagno l'uvetta in acqua tiepida per 10-15 minuti.
Versate il riso in una casseruola di acqua fredda salata e cuocetelo dal bollore per 20 minuti. Scolatelo, allargatelo su un vassoio e conditelo con un filo di olio.
Mondate la patata e il finocchio e tagliate tutto a tocchetti.
Raccogliete 300 g di acqua e il succo di ½ limone in una casseruola di piccole dimensioni, unite la patata e il finocchio, condite con 2 cucchiai di olio e, dopo 15-20 minuti di cottura, salate e frullate tutto in crema con un ciuffo di aneto. Aggiungete ancora un ciuffo di aneto e completate dando solo un paio di colpi al frullatore.
Spezzettate la scarola grossolanamente e rosolatela per un paio di minuti in una padella velata di olio con l'uvetta e qualche goccia di colatura di alici (dosate la quantità secondo il vostro gusto).
Cuocete i tranci di merluzzo dal lato della pelle in una noce di burro spumeggiante per 12-15 minuti, metteteli da parte e nella stessa padella saltate il riso per un paio di minuti.
Distribuite il riso nei piatti affiancandolo con un paio di cucchiai di crema di finocchio e patata; accomodatevi sopra i tranci di merluzzo; completate con la scarola all'uvetta e, a piacere, ancora con qualche goccia di colatura di alici.

Muffin di cioccolato e pere sciroppate al vino rosso

Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 20-22 PEZZI

300 g farina
200 g pere disidratate
150 g latte
100 g vino rosso
60 g uva fragola
45 g cioccolato fuso
4-6 g lievito in polvere per dolci
3 uova
3 pere Abate non troppo mature
burro
zucchero

Miscelate farina e lievito, poi unite latte, uova, 50 g di zucchero, 120 g di burro e il cioccolato fusi, amalgamando con cura. Infine incorporate le pere disidratate a dadini.
Versate il composto in 20-22 stampini da mini muffin, imburrati e infarinati (ø 5 cm, h 2,5 cm).
Infornateli a 180 °C nel forno ventilato per 15-20 minuti. Sfornateli, lasciateli intiepidire brevemente, infine sformateli su una gratella.
Cuocete 1 cucchiaio di zucchero con una noce di burro; quando avrete ottenuto un caramello chiaro, unite il vino rosso e l'uva fragola; schiacciate gli acini, fate ridurre sul fuoco medio per una decina di minuti e filtrate.
Lavate le pere Abate, tagliatele in spicchi sottili e caramellatele in padella con burro e zucchero per pochi minuti.
Distribuite i muffin nei piatti e completate con gli spicchi di pera caramellati e la riduzione di vino e uva fragola. Decorate a piacere con acini di uva, foglioline di menta e poco cacao amaro.

Risotto al radicchio con broccoli e speck

Impegno Facile
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g radicchio rosso
350 g riso Vialone nano
100 g robiola fresca
100 g cimette di broccolo
70 g Speck Alto Adige Igp
30 g fave fresche sgusciate e pelate
latte
Grana Padano Dop
vino rosso
scalogno
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Frullate metà della robiola con le fave, un paio di cucchiai di latte, una presa di sale e una macinata di pepe, fino a ottenere una crema.
Cuocete al vapore le cimette di broccolo per 8-10 minuti.
Affettate sottilmente il radicchio e rosolatelo in una casseruola velata di olio con ½ scalogno a fettine; unite il riso e dopo meno di 1 minuto sfumate con ½ bicchiere di vino, poi iniziate a bagnare con brodo vegetale caldo e mescolate costantemente tenendo il riso molto all'onda. Dopo 13-15 minuti togliete dal fuoco e mantecate con il resto della robiola e 2 cucchiai abbondanti di grana grattugiato.
Fate riposare il risotto per 1 minuto, distribuitelo nei piatti e completatelo con le cimette di broccolo, la crema di robiola e fave e le fette di speck a pezzetti.

Insalata di cavolo cappuccio, tartare di gamberi e ribes

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g 20 code di gambero sgusciate
240 g cavolo cappuccio
70 g ribes
50 g chicchi di melagrana
12-15 mirtilli
4 fette di pane raffermo
aneto – limone
olio extravergine di oliva
sale –pepe

Tagliate le fette di pane a dadini e tostateli in padella oppure in forno, senza grassi.
Affettate molto finemente il cavolo cappuccio (se possibile, usate l'affettatrice o la mandolina), conditelo con un filo di olio, il succo di 1 limone, sale, pepe; aggiungete la metà degli acini di ribes e di chicchi di melagrana.
Battete le code di gambero con il coltello così da ottenere una tartare; conditela solo con un pizzico di sale.
Preparate due oli aromatizzati: per il primo, schiacciate il resto del ribes con 4-5 cucchiai di olio, per il secondo, frullate 4-5 cucchiai di olio con un ciuffo generoso di aneto.
Distribuite il cavolo cappuccio nei piatti e conditelo con l'olio al ribes. A fianco disponete la tartare di gamberi, i mirtilli e insaporite con poco olio all'aneto.
Completate con i crostini di pane.

TIPO INVERNO

RISOTTO AL RADICCHIO CON BROCCOLI E SPECK

INSALATA DI CAVOLO CAPPUCCIO E TARTARE DI GAMBERI

ESTATE

Piatti, sottopiatti e cestino del pane **Alessi**, tumbler impilabili **Ichendorf**, posate **Brandani**, lampada ricaricabile a LED **Zafferano**, piattino con righe azzurre e tovaglioli a pois **Society Limonta**, piattino «Estate» **Ilaria.I**, portacandela in vetro violetto **Bitossi Home**, tovaglia in carta stropicciata **March** da **Baltic Design Shop**.

TIPO ESTATE

ESTATE SENZA FINE

L'aria è tiepida, le persone sono gentili e sorridenti, le spiagge fantastiche. Palme, sabbia e un cibo squisito: benvenuti nell'Oceano Indiano

di MADDALENA FOSSATI, foto DAVIDE LOVATTI

Insalata di cuore
di palma con
polpa di pompelmo
al The Plantation,
il ristorante del
The Residence Mauritius;
nella pagina accanto,
la spiaggia dell'hotel.

La lobby dell'hotel The Residence a Belle Mare, sulla costa orientale di Mauritius. Il tè coltivato sull'isola dalla fine dell'Ottocento.

Mauritius ha scomodato tanti scrittori. Mark Twain diceva che il paradiso era stato creato secondo una copia dell'isola, Joseph Conrad la definiva la perla zuccherata dell'Oceano Indiano. Sono venuta altre volte qui e ogni viaggio mi ricorda quanto Twain avesse ragione e non mi stupisco che Charles Baudelaire abbia composto la sua prima poesia su queste spiagge. Appena arrivati sull'isola (perché Mauritius è una, e fa parte dell'arcipelago delle Mascarene) a colpo d'occhio trovate grandi distese di canna da zucchero le cui lunghe foglie ondeggiano sempre nel venticello e danno l'impressione che anche il paesaggio si muova. Una presenza relativamente recente, visto che questo vegetale fu portato dal governatore olandese Adriaan Van der Stel nel 1639; solo più tardi si aggiunsero ananas, banane e agrumi. Originariamente invece c'erano solo palme, molte, moltissime palme, tanto che se potessimo eleggere una capitale mondiale del cuore di palma, l'alimento carico di fibre ottenuto dal nucleo della pianta, sicuramente sarebbe Mauritius. Non a caso, l'insalata di cuore di palma più buona della mia vita di assaggiatrice l'ho provata qui, fresca, croccante e dietologicamente corretta: è un buon antiossidante e non ha molte calorie. Celebrata nei diari di Che Guevara, che se ne nutriva mentre attraversava la giungla dell'America Latina, ha un sapore semplice e così deliziosamente tropicale che ricorderete per sempre.

La palma del cuore

La prima volta fu sempre all'hotel La Residence o The Residence a Belle Mare. Per inciso: a Mauritius potete parlare in inglese o in francese perché moltissimi abitanti parlano bene entrambe le lingue, soprattutto negli alberghi. The Residence (all'inglese) si trova sulla costa est dell'isola e dopo molti anni sono voluta tornare al ristorante The Plantation per ritrovare quell'antico souvenir. A volte i cibi provati dopo tanto tempo e tanta attesa deludono (quante scatole acquistate al supermercato sperando di trovare un bagliore di quel momento). Invece la mia «madeleine» è arrivata intatta e l'insalata di cuore di palma e polpa di pompelmo rosa con la vinaigrette di agrumi e frutto della passione servita su una foglia era stupenda. Croccante, fresca come allora, unica. Sono seguite un'aragosta alla griglia con burro al limone (da copiare) e molte altre bontà create dal cuoco Michael Li, bravissimo a raccontare i sapori dell'isola in uno stile haute cuisine. Seconda generazione di cinesi sull'isola, è uno dei tanti rappresentanti di una comunità relativamente piccola soprattutto se comparata al 68% di indiani mauriziani (il resto della popolazione è di creoli e minuscoli gruppi di francesi e inglesi). Tante culture diverse e tante religioni, di cui la prima è l'induismo, seguito da cristianesimo, islam e buddismo.

Una grande varietà di tutto

Malgrado le evidenti diversità, a Mauritius la gente è tranquilla, sorridente, calma. È rarissimo che un automobilista si innervosisca o suoni il clacson, non ho mai visto una lite o qualcuno che alza la voce. Non ci si sente mai in pericolo e questo fa parte del relax. Il mix di culture pacifico si riflette in ragazze e signore in sari o in abiti che seguono la nostra moda, a livello architettonico nei tanti templi indu, chiese e moschee che convivono anche nella stessa strada. Nell'aria solo suoni piacevoli, pochi conflitti, molti odori e colori. Il mercato è un luogo di pura scoperta. A Poste de Flacq il mercoledì mattina c'è →

Da sinistra, in alto, in senso orario, una veranda nella piantagione di tè a Bois Chéri; la piscina dell'hotel The Residence; il succo di citronella al ristorante Le Fangourin; la piantagione di tè a Bois Chéri; il mercato di Poste de Flacq.

il più fornito. Trovate la *brede mouroum*, la moringa, molto diffusa nell'Oceano Indiano: si usa nelle zuppe di pesce, si beve in infusione per combattere il diabete e ha sette volte la vitamina C dell'arancia; dei cetrioli rugosi e pelosi che si chiamano *kalbas*; le *calebasse*, piccole zucche di una delle piante più antiche dei tropici; o ancora il *margose*, un melone dalla pelle verde e butterata e dal sapore amaro. C'è tutto, banane dolcissime, agrumi, peperoncini di colori e dimensioni diverse, melanzane lunghe e sottilissime, ma sono gli ingredienti strani quelli più divertenti.

Nell'eden tropicale

E se al mercato vediamo i frutti, è il giardino botanico di Mauritius l'altro luogo fondamentale. Per un giorno (l'isola si gira interamente in poche ore visto che è più piccola della Valle d'Aosta) saltate le spiagge. Intendiamoci, sono straordinarie, acqua cristallina, palma che dondola leggera sopra la vostra testa a farvi un po' di ombra, insomma la cartolina perfetta della vacanza perfetta, in particolare quelle della costa est e di Le Morne, a sudovest. Ma per vedere una vegetazione straordinaria il Pamplemousses Botanical Garden merita il viaggio e la rinuncia all'ozio, anche perché è il primo eden tropicale al mondo, progettato nel 1770. È a poco più di mezz'ora da Belle Mare in direzione nordovest. Si tratta di più di 37 ettari intitolati al padre della nazione Sir Seewoosagur Ramgoolam, leader nel processo di indipendenza dagli inglesi, proclamata nel 1968 (ci sono diversi alberi piantati da Margaret d'Inghilterra pochi anni prima). Scoprirete una vasca di ninfee giganti, più di 80 tipologie di palme, una vegetazione rigogliosa e persino una bellissima casa costruita dagli inglesi a metà dell'Ottocento chiamata Château de Mon Plaisir. Bellezza. Si ritrova il pensiero di Mark Twain e dei grandi autori che sono passati da qui. A pochi metri dal giardino c'è anche il museo della canna da zucchero. Sulla carta potrebbe sembrare noioso, in realtà racconta molto dell'isola e dei suoi abitanti (*aventuredusucre.com*).

Un succo? Citronella, grazie

Da non perdere c'è il ristorante Le Fangourin. Si pranza tra alberi di jacaranda giganti con la millefoglie di marlin affumicato artigianalmente e insalata di cuore di palma e si beve un succo di citronella freddo, tanto buono quanto bello. Un'altra bevanda classica è il tè che nel 1765 padre René François portò dalla Cina in una valigia. La prima piantagione, Bois Chéri, risale al 1892. Si trova a sud dell'isola e produce su 250 ettari di terreno una quantità relativamente grande considerata la dimensione della nazione. Interessante vedere come raccolgono (le donne) e poi passano le foglie al vapore (gli uomini), un lavoro molto duro. Bellissimo dormire nelle «bubble» del lodge all'interno della piantagione, dove siete letteralmente immersi nella vegetazione ma protetti da una bolla trasparente. Pace, silenzio, gioia, questa è Mauritius! ■

L'aragosta alla griglia con burro al limone di Michael Li, chef del ristorante del The Residence.

INDIRIZZI

COME ARRIVARE

Si vola da Milano e da Roma all'aeroporto di Sir Seewoosagur Ramgoolam International con **Air Mauritius**; il costo del biglietto a/r parte da 650 euro. *airmauritius.com*

DOVE DORMIRE

All'hotel **The Residence Mauritius** sette notti nella camera Colonial Garden View con il servizio di mezza pensione partono da 1.290 euro a persona. *cenizaro.com/theresidence/mauritius*

All'interno della piantagione di tè **Bois Chéri** si dorme nelle «bolle» di design a partire da 300 euro a notte. *bubble-lodge.com*

PER ORGANIZZARE IL VIAGGIO

tourism-mauritius.mu/it/

Da sinistra, in senso orario, il chapati con un pesce al curry preparato dalla signora (a destra) all'interno del The Residence; la vasca delle ninfee giganti al giardino botanico; e il Bubble Lodge nella piantagione di tè Bois Chéri.

COTOLETTE DI BOSCO

SPUNTARE COME PORCINI

Scovarli è un'ardua caccia al tesoro, ma una volta in cucina tutto diventa una passeggiata. Lasciateli crudi per godervi il profumo del bosco, scottateli in padella per liberarne gli aromi, friggeteli per un boccone divino

ricette **WALTER PEDRAZZI**, testi **SARA SUARDI**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BETTINA CASANOVA**

IDEA: CRUDI IN PANZANELLA CON FINOCCHI, SEDANO E CIPOLLA ROSSA

Tagliate 1 cipolla rossa a rondelle sottili e trasferitele in una ciotolina con acqua fredda. Tagliate 1 finocchio a metà, affettatelo a lamelle e ponetelo in un'altra ciotola di acqua. Pelate un gambo di sedano con il pelapatate per eliminare le parti fibrose esterne, tagliatelo a losanghe e unitelo nella ciotola con il finocchio. Scolate le verdure e mescolatele in un'ampia ciotola. Tagliate a fette del pane casareccio e tostatele in padella da entrambi i lati, tagliatele a cubetti e unitele alle verdure. Aggiungete alla panzanella 1 porcino a lamelle e condite con un filo di olio extravergine delicato, succo di limone, sale e pepe. Servite a parte lamelle di porcino condite con sale, pepe, olio, succo di limone e qualche fogliolina di timo.

Sottopiatto della panzanella Andrea Castrignano per **KnIndustrie**, piatti neri del toast e delle cotolette **Tognana**, piatto bianco e nero delle cotolette **Villa d' Este Home Tivoli**, tovagliolo **Zara Home**.

IDEA: NEL TOAST

Tagliate 2 fette di pane e tostatele da entrambi i lati. Tagliate 1 porcino a fette per il lungo e rosolatele in una padella con una noce di burro. Adagiate su una fetta di pane qualche foglia di lattuga, veli di raspadura o di grana e le fette di porcino; salatele leggermente, aggiungete prezzemolo tritato, qualche goccia di yogurt cremoso e chiudete il toast.

SPAGHETTONI «NOBILI» AL PECORINO

Cotolette di bosco

Impegno Medio
Tempo 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g **porcini**
40 g **pane a cassetta**
20 g **nocciole**
20 g **nachos**
4-5 **rametti di maggiorana**
1 **rametto di rosmarino**
1 **uovo**
farina – olio di arachide
paprica – sale

Tagliate il pane a cassetta a quadrotti e frullatelo finemente nel mixer. Frullate separatamente le nocciole e i nachos e mescolateli con il pane a cassetta.
Tritate le foglioline di maggiorana e di rosmarino e mescolatele alla panatura aggiungendo 1 cucchiaino di paprica.
Mondate i porcini: con un pelapatate pulite i gambi dallo strato di terra superficiale; con una spugna o un panno umido passate delicatamente le cappelle. Tagliateli a metà per il lungo, infarinateli, passateli nell'uovo sbattuto, impanateli e friggeteli in abbondante olio bollente (170 °C) per 2-3 minuti. Scolateli su carta da cucina, salateli leggermente e serviteli subito.

Spaghettoni «nobili» al pecorino

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g **spaghettoni**
100 g **pecorino romano**
4 **cappelle di porcino**
olio extravergine di oliva
sale – pepe in grani

Fate scaldare in una pentola capiente l'acqua e, quando bolle, salatela e tuffatevi gli spaghettoni.
Pulite intanto le cappelle di porcino e tagliatele a fettine. Fate tostare a secco in una padella un po' di pepe macinato, aggiungete un filo di olio, i porcini e saltateli per 2 minuti; bagnate poi con 1 mestolo di acqua di cottura della pasta e cuocete ancora per 1 minuto.
Raccogliete il pecorino in una ciotola e mescolatelo con 1 mestolo di acqua della pasta creando una salsa. Scolate gli spaghettoni al dente direttamente nella padella con i funghi e unite ancora un po' di acqua per completarne la cottura. Fuori del fuoco aggiungete la salsa di pecorino, amalgamate bene e servite.

Sformatini con le patate

Impegno Medio
Tempo 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

500 g **6 piccole patate a pasta gialla**
150 g **porcini**
30 g **Parmigiano Reggiano Dop**
2 **scalogni**
alloro – maggiorana
santoreggia
salvia – rosmarino
vino rosso
concentrato di pomodoro
burro
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Pelate le patate e lavatele in una ciotola finché l'acqua non diventa limpida, per eliminare parte dell'amido. Tagliate le patate a fette regolari spesse 3-4 mm. Massaggiatele con un filo di olio, distribuitele in una teglia foderata di carta da forno e salatele leggermente.
Mondate i porcini, tagliateli a fette regolari, distribuiteli nella teglia con le patate e conditeli con un filo di olio.
Infornate a 220 °C per 15 minuti.
Imburrate 6 stampini da muffin →

SFORMATINI CON LE PATATE

Piatti degli sformatini e degli spaghettoni **Tognana**, cucchiaino **Villa d' Este Home Tivoli**, ciotola verde con i porcini **Zara Home**.

(ø 7 cm) e coprite il fondo con 6 dischi di carta da forno, anch'essi da imburrare.
Tritate finemente un ciuffetto di maggiorana, uno di santoreggia e un rametto di rosmarino e mescolateli con il parmigiano grattugiato. Sfornate patate e porcini e componete ogni sformatino distribuendo in ogni stampino uno strato di patate, uno di parmigiano alle erbe e uno di porcini, ripetete i tre strati e ultimate con parmigiano e una noce di burro; infornate a 180-190 °C per una decina di minuti.
Preparate la salsa: sbucciate lo scalogno, tagliatelo a metà, rosolatelo in una casseruola con una noce di burro, un ciuffetto di salvia, un paio di foglie di alloro, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Quando lo scalogno inizia a sfrigolare, sfumate con 1 bicchiere di vino rosso e fate ridurre; aggiungete 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro e cuocete per 10 minuti; infine eliminate le erbe e frullate fino a ottenere una salsa liscia e omogenea.
Servite gli sformatini con la salsa; accompagnate a piacere con porcini saltati in padella con una noce di burro.

IDEA: ARROSTITI SUL TOMINO

Cuocete sulla piastra 3 tomini interi. Affettate i porcini, rosolateli in padella con una noce di burro, poneteli sui tomini e servite subito con prezzemolo, un filo di olio e una macinata di pepe.

Petto d'anatra e contorno di porcini

Impegno Medio
Tempo 40 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

700 g 1 petto d'anatra
350 g porcini
200 g mela Renetta
1 scalogno
rosmarino
prezzemolo – aglio
vino bianco
brodo vegetale
limone
olio extravergine di oliva
burro – sale – pepe

Pulite i porcini, separando gambi e cappelle. Tritate finemente lo scalogno; riducete la mela a dadini, i gambi dei porcini a fettine e rosolate tutto in padella con un filo di olio.
Incidete a griglia la pelle dell'anatra per evitare che si accartocci in cottura. Pepate leggermente il petto e arrostitelo in una padella adatta per il forno con un velo di olio ben caldo e un rametto di rosmarino, per 1 minuto e mezzo dal lato della pelle, poi giratelo, sfumatelo con ½ bicchiere di vino bianco, aggiungete metà delle cappelle di porcino intere e infornate a 200 °C per 7-8 minuti o poco più, secondo il grado di cottura che preferite.
Sfornate il petto e fatelo riposare per 10 minuti avvolto in un foglio di alluminio. Frullate il fondo di cottura con 40 g di brodo vegetale e le cappelle rimaste ottenendo una salsa.
Tagliate un paio di lamelle di aglio e tritatele con un ciuffo di prezzemolo. Nella padella dove avete cotto la carne fondete una noce di burro con un po' di scorza di limone grattugiata e il trito, sfumate con vino bianco e quando sarà quasi evaporato unite la salsa, salate e pepate. Servite il petto d'anatra a fettine con la mela e i gambi di porcini, le cappelle e la salsa.
Da sapere Per verificare il giusto grado di cottura del petto d'anatra inserite uno spillo di acciaio nel cuore della carne, sfilatelo dopo 10 secondi e accostatelo al labbro o al polso: dovrete percepirlo caldo ma non bollente. Guardate anche la goccia succulenta che fuoriesce: deve essere translucida e rosata. Se usate il termometro, al sangue dovrà misurare al cuore 57-58 °C, poco più cotto 59 °C, rosato 60 °C.

RIM

Dall'alto a sinistra, a Rimini, un murale a Borgo San Giuliano e il Ponte di Tiberio, la piadina di Dalla Lella, Michelina, titolare della Pasticceria Vecchi, e lo storico cinema Fulgor. Cappelletti di mare al Grand Hotel da Vinci di Cesenatico.

Sopra, il porto canale leonardesco di Cesenatico. A fianco, Mariano Guardianelli e Camilla Corbelli, titolari e cuochi di Abocar Due Cucine a Rimini. A destra, colazione con i dolci della Pasticceria Rinaldini.

INI

& CESENATICO

di
SARA TIENI

foto
GIACOMO BRETZEL

Lo spettacolo gastronomico e il rinascimento felliniano. Le piade veraci e il «pid-burger», il porto leonardesco e i cappelletti di mare. Due protagoniste della riviera adriatica svelano la propria bellezza. Fuori dalla pazza estate

Sono in viaggio sulla strada statale 9, l'antica Via Emilia, qualche buca sull'asfalto mi distrae dal torpore. Frutteti a bordo strada e Lana Del Rey in sottofondo. Alzo gli occhi da Google Maps e metto a fuoco l'enorme scritta sulla rotonda: «Romagna mia». L'orgogliosa citazione di benvenuto coincide con la hit di Raul Casadei del 1954 che qui, terra di balere e discoteche, è tuttora una leggenda. Sono diretta a Rimini, la prima delle due tappe sulla riviera adriatica del mio viaggio che si concluderà con la più piccola e familiare Cesenatico. Il turismo di massa si è dissolto per lasciare spazio a tesori inaspettati. E a una certa malinconia.

Benvenuti al cinema

«Un pastrocchio, confuso, pauroso, tenero, con questo grande respiro, questo vuoto aperto al mare». Penso a come ha ritratto Rimini uno dei suoi cittadini mitologici, Federico Fellini, che nacque qui il 20 gennaio 1920. Oggi la città è pulsante: l'amministrazione comunale, capitanata dal sindaco Andrea Gnassi, e un grande investimento – circa 500 milioni di euro – la stanno rivoluzionando. È in fase di realizzazione infatti il **Parco del Mare**, tredici chilometri di costa urbana destinati a diventare la più grande area pedonale europea dedicata al benessere, con postazioni per fare ginnastica, piste ciclabili ma anche un nuovo museo di arte contemporanea negli storici palazzi Arengo e Podestà.

Tutto è iniziato il 20 gennaio 2018 con il restauro del cinema Fulgor, a Palazzo Valloni, vicino all'antica pescheria, dove **Fellini** vide il suo primo film *Maciste all'Inferno*, oggi reso sfavillante dagli interni dello scenografo e premio Oscar Dante Ferretti, in stile «hollywoodiano-romagnolo». Il botto arriverà il 20 gennaio 2020, per il centenario della nascita del regista di *Amarcord*, capolavoro autobiografico girato interamente nella romana Cinecittà. Cosa che gli costò l'antipatia definitiva dei suoi concittadini. Il piano di «riconciliazione» contempla l'apertura di un museo dedicato al regista e un percorso tematico a cielo aperto con il CircAmarcord-Piazza d'Arti, nuovo spazio urbano con installazioni visionarie. Il centro storico è uno scrigno di capolavori archeologici romani, medievali e rinascimentali da percorrere a piedi o in bicicletta. Superato il Tempio Malatestiano, con la facciata incompiuta e perfetta di Leon Battista Alberti, attraverso il monumentale Ponte di Tiberio. Qui c'è la Pasticceria Vecchi, istituzione cittadina per una colazione verace, dal 1850. La proprietaria è Michela, detta Michelina, celebre per i suoi **bomboloni** (anche in versione mignon) stracolmi di crema pasticciera. «Brevetto» della casa sarebbe anche la «piada dei morti», che si prepara dalla prima domenica di ottobre alla prima di dicembre. Assaggio la meringa con la panna, un leggerissimo «spumino» cotto su legno e riempito con panna montata che in inverno si serve con la cioccolata calda. «Faccio questo lavoro da 49 anni», chiosa lei dietro un bancone carico di crostate fatte «senza lievito, per carità», e ravioli dolci ripieni di visciole.

Il borgo delle feste

Neanche cento metri più avanti inizia il pittoresco (e molto godereccio) Borgo San Giuliano, una storia nella storia di Rimini. Ex villaggio popolare destinato ai **pescatori** sulla sponda settentrionale del fiume Marecchia, alla fine degli anni Settanta doveva essere abbattuto per farne un quartiere residenziale. Fu salvato da una festa organizzata dai →

A sinistra, i fratelli Gianluca e Gianpaolo Raschi, sommelier e chef dello stellato ristorante Guido 1946, con la madre Tiziana, storica cuoca del locale sul lungomare di Rimini; a lato, «La canocchia si ricorda il gratin», uno dei piatti cult del locale. Sotto, Gianpaolo disegna una nuova creazione in menu. In alto, la facciata del Grand Hotel di Rimini con lo chef Claudio Di Bernardo. Nella pagina accanto, l'interno del rinascimentale Tempio Malatestiano.

«Rimini è un pastrocchio confuso, pauroso, tenero, con questo grande respiro, questo vuoto aperto al mare; lì la nostalgia si fa più limpida, specie il mare d'inverno, le creste bianche, il gran vento, come l'ho visto la prima volta. È piuttosto, e soltanto, una dimensione della memoria» **Federico Fellini**

residenti sotto forma di cena di addio. Da lì scoccò la voglia di salvare le belle case, oggi dipinte in tinte pastello e decorate con murales a tema felliniano. Mi siedo a uno dei tavolini colorati di Nud e Crud, per una **piada ai sardoncini** e un piatto di tagliatelle al ragù che crea dipendenza. Il locale fa parte di una catena di cinque trattorie ideate e gestite dal cuoco Giuliano Canzian con Sergio Gnassi, fratello del sindaco. Il concetto è quello del «chilometro vero». Tradotto: eccellenze del territorio, non solo locale, e tanta contaminazione. La brigata è afro-romagnola, il décor pure. In lista ci sono il «pid-burger» (la piadina con l'hamburger) e il «pid-fish», citazione del fish and chips anglosassone, ma anche la pasta fresca: il team dà lavoro a un centinaio di «sfogline». Molte sono giovani e non hanno origini italiane, imparano i segreti dalle *azdore*, le casalinghe romagnole. «Cerchiamo di rinnovarci con un po' di creatività imprenditoriale» e ai puristi che storcono il naso rispondono che «tradizione fa rima con innovazione». In menu ci sono anche piadine create da grandi cuochi come Massimo Bottura e Bruno Barbieri per Rimini Street Food, una rete di locali tipici diventata anche protagonista di un programma televisivo su Food Network.

Il tour su strada della piada prosegue: tempo mezz'ora e ne sto addentando una Dalla Lella. Mi farciscono la «classica». La piadina **intoccabile**. Quella dell'iniziazione, con crudo, squacquerone e rucola, nello storico negozio di piazzale Kennedy. Il profumo dell'impasto a base di farina, strutto, acqua e sale si coglie a

Sopra, Lella e la figlia Marina nella storica piadineria Dalla Lella, in piazzale Kennedy, a Rimini. A destra, i bomboloni alla crema della Pasticceria Vecchi. Sotto, tagliatelle al ragù da Nud e Crud e lo staff nel dehors del locale, che si trova all'ingresso di Borgo San Giuliano.

Adagio romagnolo: «*La pida se parsot, la pis un po ma tot*». Ovvero: «La piada al prosciutto piace un po' a tutti»

In senso orario, il cortile del ristorante Abocar Due Cucine e un piatto in carta, gamberi rosa, spinaci e amaranto soffiato; i portici dell'antica pescheria in piazza Cavour.

un centinaio di metri di distanza, insieme alle chiacchiere della gente. A servirmela sono Lella, cappello di paglia a fiori in testa, e sua figlia Marina, due istituzioni qui, insieme alle loro tre botteghe. Da loro si mangiano anche cassoni (calzoni di piadina) «da urlo». Come quello alle **erbe di campo** (*rosli* cioè germogli di papavero, tarassaco, *scarpegn* ovvero radicchio selvatico) battute al coltello o «il rosso» con pomodoro e mozzarella di cui c'è persino un fan club. Al bancone ci si confessa e si ordina o viceversa. Si parla di divorzi e bimbi appena nati senza soluzione di continuità. Il segreto? Saper governare gli umori. «Se per esempio viene il garbino, il vento caldo, l'impasto impazzisce, come le persone. La bravura è saperlo regolare».

Stelle marine e sudamericane

Tra i vicoli del centro storico in via Carlo Farini, c'è un indirizzo dal nome esotico-sibillino: Abocar Due Cucine neostellato ma democratico locale dove per «due» si intende quella della romagnola Camilla Corbelli e quella esotica di Mariano Guardianelli, argentino di origine italiana, coppia in cucina e nella vita. Una volta qui c'era Il Lurido, trattoria storica dei genitori di Camilla. Poi cinque anni fa l'idea di succedere ai genitori dopo un veloce giro del mondo: lui ha lavorato anche al blasonato Celler de Can Roca, lei da Mauro Uliassi, entrambi tre stelle Michelin. L'impostazione però viene da un'esperienza a Parigi: menu degustazione accessibili (dai 49 ai 69 euro), apparecchiatura informale – patate americane al posto dei fiori –, materie prime e tecnica di **alto livello**. In sala e nel giardino interno c'è Camilla che propone anche insolite tisane, servite a fine pasto in alternativa al caffè. «Siamo andati per tentativi, poi è prevalsa la mia vena sudamericana. Ho accostato il mate, per esempio, con i pesci di qui», spiega Mariano servendo gamberi rosa con spinaci e amaranto soffiato o cappelletti con polpette di canocchie e lemon grass con anarchica coerenza.

L'ostrica del Po

Sul lungomare, apparentemente semplice come una capanna di pescatori (tanto che subito neanche lo noto), c'è lo storico e a lungo unico stellato riminese: Guido 1946, data del suo anno di nascita. Un tempo chiosco che sfornava pizze in tegame, spaghetti con le vongole e frittini, oggi tempio della degustazione locale, con una succursale, Il Mare di Guido, anche a Bologna, dentro Fico, il parco agroalimentare di Eataly. «Era un **baracchino di legno** senza acqua né elettricità costruito da mio padre Guido, con una tenda cucita da me e mia madre: quando c'era vento faceva bum-bum», ricorda la signora Tiziana, madre del cuoco Gianpaolo e del sommelier Gianluca. Oggi, la prima insegna di legno dipinta dal marito Flaviano è quasi un pezzo di arte contemporanea. Ai muri ci sono i bozzetti dei piatti disegnati dallo chef e la sagoma stilizzata nel legno dei grattacieli sul lungomare. I piatti classici ci sono ancora, ma sono citazioni: una sofisticata pizza in teglia o il delizioso «La canocchia si ricorda il gratin». L'entrée è una sorta di cappuccino di mare: un brodo di pesce concentrato servito in tazza con la schiuma. Valgono il viaggio anche «Seppia e Squacquerone», un missile terra-mare che si scioglie in bocca. Per i cultori c'è la **degustazione** di ostriche, con sorpresa: la Fine de Bretagne ma anche la Perla del Delta, l'ostrica del Po, allevata nella Sacca di Scardovari, grande laguna del Delta Patrimonio Unesco.

Poco più in là, monumentale per imponenza e lusso, il Grand Hotel di →

Il frittino di paranza del ristorante La Spiaggia del Grand Hotel da Vinci di Cesenatico, servito al tramonto. Nella pagina accanto, uno dei «capanni al mare» sulla spiaggia della città; sotto, Enrico Spada con la moglie Rebecca, proprietari dell'Osteria da Beppe e un piatto di sardoni alla griglia servito nel locale.

Attraversato in estate da circa tre milioni di turisti, il lungomare di Cesenatico si trasforma nel primo autunno in una via dorata e solitaria punteggiata dai «capanni al mare», antiche postazioni dei pescatori

Rimini è una tappa iconica e surreale. Mi accoglie lo chef Claudio Di Bernardo, una sorta di archivio vivente di aneddoti. Tra gli ospiti abituali c'è Vasco Rossi con la sua band ma da qui sono passati tutti, compresa Sharon Stone, che chiese spaghetti aglio, olio e peperoncino al posto dell'aragosta. Il fasto è ancora quello, rinnovato, del 1908 e d'estate la cena in terrazza è accompagnata da un'orchestra di dodici elementi. Non a caso l'hotel fu il sogno proibito di Fellini: gli ispirò scene cult di *Amarcord* e personaggi come la Gradisca. «Gli giravamo intorno come topi per darci un'occhiata dentro ma era impossibile», raccontava il regista. La sensazione di esclusività rimane uguale. Ma oggi c'è anche La Dolce vita al mare, ristorante sulla battigia, e una più agile formula bed & breakfast.

Un tocco di classe finale con i bomboloni griffati con lo zucchero a velo di Roberto Rinaldini, conosciuto in loco come lo **«stilista del dolce»**, due negozi a Rimini, tre concept store tra Milano, Roma e Firenze. Nelle vetrine della pasticceria in via Coletti, dessert a forma di décolletée e una distesa di MacaRal, variante locale dei macaron, in tutto lo scibile cromatico. Accanto a me una cliente abbina pizzetta e cappuccino. Sono tentata, ma opto per una fetta di Las Vegas, una torta della serie Dessert in the City, che sarebbe degna di Carrie Bradshaw, poi punto alla mia seconda tappa.

Tramonto con canocchie

Una passeggiata sul lungomare di ponente di Cesenatico mi fa scorgere, esili come i fenicotteri sulle loro zampe, i cosiddetti «capanni al mare», antiche postazioni per la pesca, oggi in parte trasformati in piccoli loft o ristoranti. All'imbrunire escono i pescherecci: mi godo lo spettacolo seduta a La Spiaggia, bistrot in riva al mare del Grand Hotel da Vinci, che altro non è che un'ex colonia estiva dei primi del Novecento restaurata dalla famiglia Batani, proprietaria anche del Grand Hotel di Rimini. In tavola arrivano crudité di mare con gelatina di arancia sanguinella: il cuoco messinese Alessandro Trovato cita le sue origini. I cappelletti sono ripieni, come vuole la tradizione, di formaggio raveggiolo ma sono conditi con un guazzetto di triglie, canocchie e vongole. In menu anche i prodotti dell'azienda agricola dei Batani, celebre per i suoi frutti di bosco ma anche per olio e vino prodotti a Mensa Matellica, nella campagna di Ravenna. L'hotel è intitolato a Leonardo da Vinci, progettista del porto canale piccolo e pittoresco, che oggi ospita la sede galleggiante del **Museo della Marineria** con antiche imbarcazioni come bragozzi e trabaccoli. Sembrerebbe che il tempo si sia fermato, se non fosse per il solitario grattacielo Marinella di Eugenio Berardi, che quando fu costruito, nel '58, era il più alto d'Italia. Poco più in là, dopo la pescheria, c'è l'Osteria da Beppe, storico indirizzo oggi gestito dal giovane Enrico Spada con la moglie Rebecca. Enrico ha un numero fisso all'asta del pesce. Oggi ci sono sardoncini e canocchie alla griglia o «fuocone», come dicono qui. Il gelato, fatto in casa, è servito in un cono di cioccolato. C'è odore di brace e una curiosa insegna con un calesse, l'atmosfera è familiare. I tre milioni di turisti che d'estate hanno soggiornato in zona sembrano essere evaporati. E il naufragar m'è dolce, in questo canale. ■

INDIRIZZI

Pasticceria Vecchi, tel. 054125821
Nud e Crud, *nudecrud.it*
Dalla Lella, *dallalella.it*
Abocar Due Cucine, *abocarduecucine.it*
Guido 1946, *ristoranteguido.it*
Grand Hotel di Rimini, *grandhotelrimini.com*
Pasticceria Artigianale Made in Italy Rinaldini, *rinaldinipastry.com*
Grand Hotel da Vinci, *grandhoteldavinci.com*
Osteria da Beppe, *osteriadabeppe.com*

PANE QUOTIDIANO

Tutto quello che serve per prepararlo, conservarlo, tagliarlo e portarlo in tavola sempre fresco. Con il piacere di mettere un po' le mani in pasta

GLUTEN FREE
Zero-Glu di **Imetec** è la prima macchina per preparare anche pane e dolci senza glutine, con 7 programmi dedicati su 20. 189 euro.

LA FRAGRANZA È SALVA
Portapane con apertura scorrevole, ideale per conservare pagnotte, baguette e brioche. **Brabantia**, 36,90 euro.

FORNAIO HI-TECH
Tradizione e tecnologia per il pane fatto in casa da sapienti «mani» elettroniche. Basta inserire gli ingredienti nella macchina di Steba per **Schönhuber**. 175,50 euro.

GUARDA COME CRESCE
Il cestino lievita-pagnotta è composto da una ciotola traforata per dare forma all'impasto e una per preparare il lievito madre. **Tescoma**, 15,90 euro.

FETTE PERFETTE
Il coltello Elegance di **Berkel** ha la lama forgiata a mano e il manico in resina. Per pane morbido e a crosta dura. 101,90 euro.

ECCO FATTO
La teglia da forno **Ikea** è in silicone per sformare il pane facilmente. Riciclabile per rispettare l'ambiente. 6 euro.

QUESTIONE DI CLIMA
Né troppo secco né troppo umido nel portapane Brottrommel di **WMF** con porta scorrevole e tagliere incorporato in bambù. 120 euro.

CHE ELEGANZA!
È disegnato da Jasper Morrison il cestino rotondo JM17 in acciaio di **Alessi** per portare in tavola pane e grissini. 60 euro.

TESTO **SIMONA SIRIANNI**

I NOSTRI CORSI

RAGAZZI, TOCCA A VOI

Avete già compiuto tredici anni? È tempo di cominciare a cucinare buoni pranzetti da soli: chiedete tutto quello che volete sapere ai nostri cuochi e fate una sorpresa a genitori e amici

junior

BASI DELLA CUCINA JUNIOR

CHE COSA SI IMPARA
Pani e pizze, street food, primi piatti, carne e pesce, pasticceria: queste le sezioni del corso per ragazzi da 13 a 17 anni che apprenderanno le nozioni di base di cucina e i procedimenti per preparare 20 ricette.

DOVE E QUANDO
Il corso si svolge nella nostra sede in via San Nicolao 7, in 5 lezioni di 3 ore ciascuna, una alla settimana. In ottobre, il corso comincia sabato 12, alle ore 14.

QUANTO COSTA E COME ISCRIVERSI
Il corso completo costa 300 euro, le lezioni singole 80 euro. Iscrizioni sul sito della Scuola o telefonando alla segreteria. A destra i nostri riferimenti.

SCELTI TRA GLI INCONTRI DI OTTOBRE

LABORATORI PER BAMBINI
La nostra cuoca Nicol Pucci, specializzata nella didattica per i più piccoli, insegnerà ai bimbi dai 5 agli 11 anni come preparare muffin salati (9 ottobre, ore 16,30-18), sformatini di patate (18 ottobre, ore 16,30-18) e tomini vestiti di sfoglia (26 ottobre, ore 11-12,30). Con la collaborazione di Citterio. I laboratori sono gratuiti, ma è necessario iscriversi sul nostro sito.

RISI E RISOTTI
In una sola lezione (90 euro) si imparano cinque ricette: tre risotti classici (alla milanese, con rapa rossa e fonduta di formaggio, alle vongole e agrumi) e due ricette del «riuso»: risotto al salto e crocchette di riso agli spinaci e fontina. Giovedì 3, ore 15-18, giovedì 10, ore 19-22, lunedì 21, ore 9,30-12,30.

INFO E CONTATTI

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in piazzale Cadorna 5, ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004

scuola.lacucinaitaliana.it

Seguici su:

Scoprite gli altri corsi sul nostro sito

FOTO **AG. GETTY IMAGES, ARCH. LCI**

FATTO IN CASA

LA BRIOCHE DEI PICCOLI

Ve la ricordate? È la celebre merendina nata negli anni Settanta. Preparatela con noi, buona come l'intervallo di metà mattina

La ricetta

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 3 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 20 PEZZI

460 g latte – 400 g farina 0
250 g panna fresca
170 g zucchero
70 g cioccolato fondente al 70%
40 g burro – 30 g amido di mais
20 g olio di girasole
15 g lievito di birra – 2 tuorli
1 baccello di vaniglia – sale

PER LA PASTA BRIOCHE
Fate intiepidire 160 g di latte e scioglietevi il lievito sbriciolato; mescolatevi poi l'olio di girasole e infine il burro, fuso dolcemente; incorporate questa miscela, un po' alla volta, alla farina mescolata con 100 g di zucchero, aggiungendo i tuorli e una presa di sale.
Lavorate l'impasto finché non otterrete una palla compatta; copritela e fatela lievitare per 1 ora.
Stendete l'impasto lievitato in una placca foderata con carta da forno: dovrà avere uno spessore di 7-8 mm; spennellatelo con poco latte e lasciatelo lievitare ancora per 1 ora.
Infornate a 200 °C per 20 minuti. Sfornate, coprite e fate raffreddare.

PER LA FARCITURA
Scaldate dolcemente 250 g di latte con 70 g di zucchero e il baccello di vaniglia inciso per il lungo.
Mescolate i rimanenti 50 g di latte con l'amido di mais. Unite questo composto, fuori del fuoco, al latte caldo e stemperate bene con una frusta. Riportate sul fuoco, sempre basso, e mescolate finché la crema non si rapprende. Spegnete e fate raffreddare.
Montate la panna e unitela alla crema ormai fredda. Lasciate riposare in frigorifero per 20 minuti almeno.
Tagliate la pasta brioche in tre strati in senso orizzontale, farcitene due con la crema e ricomponetela. Ritagliatela infine in 20 brioche (4x10 cm).
Fondete il cioccolato a bagnomaria, raccoglietelo in una tasca da pasticciere e decorate le brioche.
Riponetele in frigo e lasciatele rassodare per 1 ora.

Piatti **Pols Potten**, cucchiaino **Pandora Design**, bicchiere **Bormioli Rocco**.

DECORAZIONE E DURATA
Una volta distribuito il cioccolato usate i rebbi della forchetta per creare il decoro. Potete sostituire la crema con confettura di albicocca, come nella primissima versione industriale. Consumate le brioche entro 48 ore. La farina 0, più ricca di glutine, aiuta a ottenere una pasta più compatta: sarà più facile da tagliare e farcire.

RICETTA J. NÉDERLANTS, TESTI S. TIENI, FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA

L'ABC DELLA PASTICCERIA

GUSCI CROCCANTI

Torte e tartellette senza accendere il forno? Procuratevi biscotti secchi e burro e create con Simona Galimberti una base subito pronta da farcire e gustare

1-2. Fondete il burro a fuoco bassissimo, senza farlo scurire; fatelo intiepidire. Spezzettate a mano in modo grossolano i biscotti, trasferiteli tra due fogli di carta da forno e passatevi sopra il matterello per sbriciolarli, senza però ridurli in polvere. **3.** In alternativa, dopo averli frantumati a mano, frullateli brevemente: la consistenza sarà più fine. **4.** Amalgamate le briciole con il burro tiepido; poi sgranate il composto.

5-6. Foderate una tortiera (ø 20 cm) con della carta da forno stropicciata (è più maneggevole), versatevi i biscotti e appiattiteli con il dorso di un cucchiaio o con il fondo di un bicchiere; formate un bordo spesso 2 cm. Ponete il guscio in frigo per 40 minuti. **7-8.** Trasferitelo quindi in un piatto di portata, aiutandovi con la carta da forno; sollevatelo con delicatezza per sfilare la carta. Farcite a piacere.

DOSI E RIPIENI

Per la base di una torta da 20 cm di diametro servono 200 g di biscotti secchi tipo Digestive e 100 g di burro. Per una farcitura «a freddo», mescolate 350 g di panna fresca montata, 300 g di ricotta e 100 g di zucchero a velo e fate raffreddare in frigorifero per un paio di ore; distribuitela nel guscio poco prima di servire e decorate con frutta a piacere. In alternativa, potete farcire con ganache al cioccolato o crema pasticciera, completando con frutta fresca o secca.

RICETTA **S. GALIMBERTI**, TESTI **A. GIOVANOLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

L'ABC

IL POLLO ARROSTO

Invitante, dorato, cotto al punto giusto. E se volete il meglio, massaggiatelo con erbe tritate: sprigionerà un profumino delizioso

1 2 3 4 5 6

DOSI E CONSIGLI

Per 4-6 persone occorre un pollo da 1 kg e 700 g, già eviscerato e spennato; sceglietene uno allevato a terra, senza ogm e a lento accrescimento: sarà più sodo e saporito. Servono anche 1 spicchio di aglio, 1 limone, 4 rametti di salvia e 4 di rosmarino, olio extravergine di oliva, sale e pepe. Un segreto: posatelo su una gratella e, al di sotto, collocate una placca: rilascerà lì tutto il grasso e la pelle diventerà molto croccante.

1. Bruciate i residui di penne; molto pratico per questa operazione un accendigas a fiamma. **2.** Farcite il pollo con 2 grossi spicchi di limone, 1 spicchio di aglio con la buccia, un paio di rametti di salvia e di rosmarino, sale e pepe a piacere. **3.** Preparate un trito con i rimanenti rametti di salvia e rosmarino, unite una presa di sale e un po' di pepe. **4.** Ungete il pollo con l'olio e massaggiatelo su tutta la superficie con le erbe aromatiche tritate. **5.** Legatelo unendo le due cosce con la coda in modo che non si scomponga. **6.** Ponetelo su una griglia da forno con sotto una placca e cuocetelo a 200 °C. La regola è 1 ora di cottura per ogni chilo di pollo. Consumatelo appena pronto.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **S. TIENI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

NELLA LISTA DELLA SPESA

350 g **cioccolato fondente**. Il Despar Premium Repubblica Dominicana 85% cacao è intenso e pungente.

+

2 **mele** (rossa e gialla). Il Consorzio Melinda garantisce la qualità dei frutti coltivati e raccolti nelle Valli di Non e di Sole.

+

300 g **frutta esotica** pronta da mangiare Fresco Senso: in vaschette monofrutto o mista.

+

Per una presentazione bella e pratica, le **barchette in legno** di pino di Samurai, con spiedini in bambù.

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

TUFFA LA FRUTTA

Mango, ananas, cocco, insieme con mele, uva e frutti di bosco, tutto intinto nel cioccolato fuso: pochissimo lavoro, massimo piacere

LA RICETTA

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

PER 6 PERSONE

1

PREPARARE
Fondete 350 g di **cioccolato** con 250 g di **latte** e un pizzico di **peperoncino** in polvere in circa 5 minuti, senza raggiungere il bollore. Distribuitelo in 6 ciotoline.

2

COMPORRE
Tagliate a pezzetti le **mele** e formate piccoli spiedini con altra **frutta**: cocco, mango, more, uva, ananas e lamponi.

3

SERVIRE
Raccogliete gli spiedini nelle barchette e accompagnateli con le ciotoline di cioccolato fuso, dove ognuno intingerà i pezzetti di frutta.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Come tutti, anche noi facciamo la spesa. Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

1. Sa di mandorla la bevanda di riso di **Probios** ed è biologica, senza glutine e senza latte.

2. La freschezza dell'ortaggio appena colto negli Spinaci Primavera della linea Contorni naturali di **Findus**.

3. Sapore, sostanza e un pizzico di divertimento con il Tête de Moine e l'apposita *girolle* per tagliarlo in sottili rosette. Garantito da **Formaggi Svizzeri**.

4. Il Miele di arancio di **Iper La grande i** ha la stessa delicata fragranza dei fiori degli agrumi.

5. Cremoso, di sapore intenso, il burro Fiore Bavarese® di **Meggle** è ottenuto dalla prima panna del latte.

6. Ideale per dolci e creme, il cioccolato **Zaini** extra fondente al 70% in confezione dorata.

7. Da **Schär** un pane a fette senza glutine molto ricco, con quinoa, sorgo e castagne.

8. Preparata e surgelata all'istante, la pasta frolla di **Koch** è sempre pronta per fragranti crostate.

9. Per la nota croccante, semi di zucca bio **Fior di Loto**, decorticati e senza glutine.

10. Le castagne **Noberasco**, selezionate da alberi toscani, si gustano subito o si usano in cucina.

11. La qualità e la freschezza del latte dell'Alto Adige nel mascarpone di **Brimi**.

12. Lo zucchero a velo di canna biologico di **S.Martino** è senza glutine, per dolci adatti a tutti.

13. 250 ml di pura panna fresca pastorizzata di **Parmalat**, perfetta da montare.

14. Il **Prosciutto Toscano Dop** ha un contenuto di umidità inferiore rispetto agli altri Dop, e una sapidità concentrata.

15. Grano Marco Aurelio 100% italiano nelle penne rigate etichetta gialla **Sgambaro**, trafilate al bronzo.

TESTI **AMBRA GIOVANOLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Indirizzi

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: lacucinaitaliana.it

Airc airc.it
Alce Nero alcenero.com
Alessi alessi.com/it
Andrea Fontebasso 1760 tognana.com/andrea-fontebasso
Baltic Design Shop balticdesignshop.de
Barilla barilla.com
Bellavista bellavistawine.it
Berkel theberkelworld.com
BioMu biomu.eu
Birrificio Angelo Poretti birrificioangeloporetti.it
Bitossi Home bitossihome.it
Boschi Fratelli boschifratelli.com
Brabantia brabantia.com/it
Brandani brandani.it
Brimi brimi.it
Busatti busatti.com
Bustaffa bustaffa.it
Ca' Val valdoca.com/ca-val/prosecco-doc-caval
Cantine Maschio cantinemaschio.com
Cavit cavit.it
Ceramica Artistica Solimene ceramicasolimene.it
Chanel chanel.com
Citterio citterio.com
Consorzio Melinda melinda.it/il-consorzio
Coop e-coop.it
Dedar dedar.com
Designers Guild designersguild.com
Despar despar.it
Disney disney.com
Eataly eataly.net
Findus findus.it
Fior di Loto fiordiloto.it
Formaggi Svizzeri formaggisvizzeri.it
Foxy foxy.eu
Fresco Senso frescosenso.it
Gruppo Italiano Vini gruppoitalianovini.it
H&M Home 2.hm.com
Henriette henriette.sm
Hermès hermes.com/it
Ichendorf ichendorfmilano.com
Identità New York identitagolose.it
Ikea ikea.com
Ilaria.I ilariai.com
Imetec shop.imetec.com/it
Iper la Grande i iper.it
Joe Bastianich joebastianich.com/vino
KnIndustrie knindustrie.it
Koch kochbz.it
L'Elfode'Co Via Bartolomeo Colleoni 30, 24058 Romano di Lombardia BG
La DoubleJ ladoublej.com
La Gallina Matta lagallinamatta.com
Laboratorio Pesaro laboratoriopesaro.com
Luigi Zaini zainispa.it
Made in Design madeindesign.it
Mareblu mareblu.it
Marlene marlene.it
Masi masi.it
Meggle meggle.it
Mellin mellin.it
Microplane microplaneintl.com/it
Montelvini montelvini.it
Mutti mutti-parma.com
Noberasco noberasco.it
Parmalat parmalat.it
Pasqua Vigneti e Cantine pasqua.it
Petra petrawine.it
Pompadour pompadour.it
Probios shop.probios.it
Progetto FORME progettoforme.eu
Prosciutto Toscano Dop prosciuttotoscano.com
Purity Ultra 34 Organic Vodka purityvodka.com
Rinascente rinascente.it
Romo romo.com
Rotari Trento Doc rotari.it
Royal Bliss instagram.com/royalblissit
Ruggeri ruggeri.it
S.Martino cleca.com
Sambonet sambonet.it
Samurai samurai.eu
Sans Tabù sanstabu.com
Savini Tartufi savinitartufi.it
Schär schaer.com
Schönhuber schoenhuber.com
Seletti seletti.it
Sephora sephora.it
Sgambaro sgambaro.it
Signorvino signorvino.com
Silva Tessuti silvatessuti.it
Smeg smeg50style.com
Snowdrops Copenhagen snowdropscopenhagen.dk
Society Limonta societylimonta.com
Somma 1867 gabelgroup.it/it/somma
Speck Alto Adige Igp speck.it
Tescoma tescomaonline.com
Tine K Home tinekhome.com
Tognana shop.tognana.com
Tommasi tommasiwine.it
Tormaresca tormaresca.it
Torre Rosazza torrerosazza.com
Vetrerie di Empoli vetreriediempoli.it
Vicenzi vicenzi.it
Villa d'Este Home Tivoli villadestehometivoli.it
Villeroy & Boch villeroy-boch.it
Virginia Casa virginiacasa.it
Weißglut Concept Store weissglut-shop.de
Wmf wmf.com/it
Yoox yoox.com
Zafferano zafferanoitalia.com
Zara Home zarahome.com

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.02 86 80 80 80**, oppure scrivere una e-mail a **abbonati@condenast.it**. Fax n° 02 86 88 28 69

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **www.abbonatiqui.it/abroad/**. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92 96 10 10 - fax +39 02 86 88 28 69 - e-mail: abbonati@condenast.it.
Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

LA CUCINA ITALIANA

Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Copyright © 2019 per le Edizioni Conde Nast S.p.A. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Conde Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Tutti i diritti riservati. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

FIEG Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8590 del 18-12-2018

L'INDICE DI CUCINA

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO EQUIVALE A: **60 g di acqua**, vino, brodo. 65 g di latte. 55 g di olio. 50 g di zucchero semolato.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA EQUIVALE A: **80 g di acqua**, vino, brodo. 70 g di olio. 70 g di zucchero semolato. 50 g di farina. 40 g di grana grattugiato.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO EQUIVALE A: **4 g di acqua**, vino, brodo. 3 g di olio. 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato. 2 g di farina. 2 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO EQUIVALE A: **200 g di acqua**, vino, brodo. 220 g di latte. 170 g di zucchero semolato. 130 g di farina. 160 g di riso.

TAZZA DA TÈ COLMA EQUIVALE A: **240 g di acqua**, vino, brodo. 250 g di latte. 200 g di zucchero semolato. 150 g di farina. 200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO EQUIVALE A: **12 g di acqua**, vino, brodo, latte. 10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero semolato. 10 g di farina. 5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO EQUIVALE A: **120 g di acqua**, vino, brodo. 125 g di latte.

PIZZICO EQUIVALE A: 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato.

PUGNETTO EQUIVALE A: 30 g di riso. 30 g di zucchero semolato. 25 g di farina.

Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate i video delle ricette.

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti √ Vegetariana √ Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+ 1 h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

Antipasti

Primi piatti & Piatti unici

Pesci

Verdure

Carni e uova

Dolci e bevande

menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di ottobre

GUSTATELI ADESSO

Porcini e zucca protagonisti di stagione

+ +

Porcini crudi in panzanella con finocchi, sedano e cipolla rossa pag. 127
Penne con zucca e gorgonzola pag. 52
Petto d'anatra e contorno di porcini pag. 130

Lasagne ragù e ricotta pag. 88
Filetto alla Wellington pag. 63
Torta caprese pag. 24

+ +

BUONA DOMENICA!

Festa in famiglia con i grandi classici

MARE PER SEMPRE

Pescando dalle nostre tradizioni regionali

+ +

Insalata di gamberoni, pompelmo rosa e finocchi pag. 50
Linguine alla puttanesca pag. 24
Bracciulittini di spata pag. 44

Mozzarella in carrozza pag. 24
Insalata di carote al coriandolo fresco pag. 59
Orzo allo zafferano con crema di zucchine pag. 116

+ +

VEGETARIANO

Uno sfizio per cominciare, poi tutto in leggerezza

PIATTI A EFFETTO

Per stupire con sapori inediti e sorpresa finale

+ +

Risotto al cedro candito, capperi e salvia pag. 51
Cernia alla giapponese e spiedini di cavolfiore pag. 57
L'uovo di Colombo pag. 91